



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN
EMOTIONAL INTELLIGENCE PADA MAHASISWA
FAKULTAS PSIKOLOGI UIN SUSKA RIAU**

SKRIPSI



**OLEH:
WIWIT AGUSTINA NINGSIH
11761200950**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU
2021**



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN *EMOTIONAL INTELLIGENCE* PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UIN SUSKA RIAU

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan
Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi



UIN SUSKA RIAU

OLEH:
WIWIT AGUSTINA NINGSIH
11761200950

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU
2021**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN *EMOTIONAL INTELLIGENCE* PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UIN SUSKA RIAU

Disusun oleh:

WIWIT AGUSTINA NINGSIH

11761200950

SKRIPSI

Telah Diterima dan Disetujui untuk Dimunaqasyahkan
dalam Sidang Panitia Ujian Strata Satu (S1)

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru, 27 Juli 2021

Pembimbing

Desma Husni, S.Pd.I, S.Psi., M.A.

NIP : 19781228 200604 2 002

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi yang ditulis oleh :

Nama Mahasiswa : WIWIT AGUSTINA NINGSIH

NIM : 11761200950

Judul Skripsi : Hubungan antara *Self Compassion* dengan *Emotional Intelligence* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA RIAU

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Sarjana Strata Satu (S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, dan disetujui untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) Psikologi.

Di uji pada :

Hari/ Tanggal : Kamis/ 19 Agustus 2021

Bertepatan dengan : 10 Muharram 1442 H

TIM PENGUJI

Ketua,

 (.....)

Dr. Yulita Kurniawaty A., M.Psi.Psikolog
NIP. 19780720 200710 2 003

Sekretaris,

 (.....)

Desma Husni, S.Pd.I., S.Psi., M.A. Psikolog
NIP. 19781228 200604 2 002

Penguji I,

 (.....)

Dr. Vivik Shofiah, M.Si.
NIP. 19761015 200501 2 004

Penguji II,

 (.....)

Eka Fitriyani, M.Psi., Psikolog
NIP. 19840721 201503 2 002



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

MOTTO

Bend, don't break.

Seperti filosofi bambu, memiliki batang yang lentur hingga ketika badai menerpa tidak mudah patah. Bambu sebuah lambang resiliensi untuk tetap bangkit dalam kondisi terparah sekalipun.

(Primum, Non Nocere Wattpad)

Remember, you are allowed to walk away from anything that doesn't feel right.

(Bloom for Yourself)

The world breaks everyone, and afterward, many are strong at the broken places.

(Ernest Hemingway)

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PERSEMBAHAN

Karya tulis ini peneliti persembahkan untuk kedua orang tua peneliti yaitu Bapak Nopardi dan Ibu Sugini yang senantiasa membantu peneliti baik dalam memberikan doa, dukungan, kasih sayang yang berlimpah, serta fasilitas yang memadai. Peneliti ucapkan terima kasih kepada Ayah dan Mama atas jasa yang berlimpah hingga saat ini. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat dan keberkahan untuk Ayah dan Mama.

Selanjutnya, peneliti ucapkan terima kasih kepada anggota keluarga yang telah memberikan dukungan yang besar. Terima kasih Abang Ari, Mas Nofri, Kak Liza, Kak Lola, dan Adikku Aulia atas doanya selama ini.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Alhamdulillahirabbil'alamin, puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kemudahan pada peneliti dalam penyelesaian skripsi ini. Berkat limpahan rahmat dan karunia-Nya maka peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Self-Compassion* dengan *Emotional Intelligence* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau”. Shalawat serta salam peneliti sampaikan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman jahiliah menuju zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti saat ini. terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari doa, dukungan, dan bantuan baik dalam bentuk moril maupun materil dari berbagai pihak. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat, pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Hairunnas, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Bapak Dr. Kusnadi, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Bapak Dr. Zuriatul Khairi, M.Ag. M.Si. selaku Wakil Dekan I, Ibu Dr. Vivik Shofiah, M.Si selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Dr. Yusnelita Muda selaku Wakil Dekan III.
3. Ibu Desma Husni, S.Pd.I., S. Psi., M.A. Psikolog selaku pembimbing skripsi. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Ibu yang telah membimbing, membantu, dan memberikan dukungan serta inspirasi kepada peneliti selama masa pengerjaan skripsi ini.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Ibu Dr. Vivik Shofiah, M.Si. selaku narasumber I dan Ibu Eka Fitriyani, M. Psi. Psikolog. Selaku narasumber II. Peneliti mengucapkan terima kasih atas kritik dan saran serta bimbingan yang ibu berikan guna kesempurnaan skripsi ini.
5. Ibu Alma Yulianti, S. Psi., M.Si selaku penasehat akademik hingga semester IV. Peneliti ucapkan terima kasih atas bantuan yang ibu berikan selama awal perkuliahan.
6. Bapak Jhon Herwanto, M.Si selaku penasehat akademik saat ini. Peneliti ucapkan terima kasih atas bantuan dan bimbingan yang telah Bapak berikan serta kesabaran menghadapi peneliti.
7. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada peneliti.
8. Seluruh staf akademik, staf umum, dan staf perpustakaan di Universitas Islam Negeri Sultas Syarif Kasim Riau yang telah membantu dalam pengurusan administrasi penyelesaian skripsi ini.
9. Kedua orangtua tercinta, Ibu Sugini dan Bapak Nopardi yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan, serta segala fasilitas guna dalam menjalani perkuliahan serta pengerjaan skripsi selama ini.
10. Seluruh anggota pasien kejiwaan yang telah menemani peneliti dari semester satu hingga saat ini (Alda, Amel, Ayu, Arum, Ning, Dita, Mami Dini, Mbak Indah, Fuji, Hasya, Bibah, Novri, Leno, Yogi, Kheru, Rizki, Lia, Saroh, Sarah, dan Mega).



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

11. Seluruh pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu, peneliti ucapkan terima kasih.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna. Maka dari itu peneliti mengharapkan kritik dan saran dari pembaca guna menyempurnakan skripsi ini. Peneliti berharap skripsi ini bermanfaat bagi pihak-pihak terkait khususnya lingkungan akademik Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dan untuk pembaca pada umumnya.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Pekanbaru, Juni 2021

Peneliti

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN

MOTO	i
PERSEMBAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
ABSTRAK	x

BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Keaslian Penelitian.....	8
E. Manfaat Penelitian	11

BAB II LANDASAN TEORI	12
A. <i>Emotional Intelligence</i>	12
1. Pengertian <i>emotional intelligence</i>	12
2. Aspek- aspek <i>emotional intelligence</i>	13
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>emotional intelligence</i>	14
B. <i>Self Compassion</i>	16
1. Pengertian <i>Self Compassion</i>	16
2. Aspek- aspek <i>Self Compassion</i>	18
C. Kerangka Berpikir.....	22
D. Hipotesis.....	23

BAB III METODE PENELITIAN	24
A. Desain Penelitian.....	24
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	24
C. Definisi Operasional.....	24
1. <i>Emotional Intelligence</i>	24
2. <i>Self Compassion</i>	25
D. Subjek Penelitian.....	26
1. Populasi.....	26
2. Sampel.....	26



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Teknik pengambilan sampel	28
E. Teknik Pengumpulan Data	28
1. <i>Emotional Intelligence</i>	28
2. <i>Self Compassion</i>	29
F. Uji Coba Alat Ukur	31
G. Validitas dan Reliabilitas	31
1. Validitas	31
2. Daya Diskriminasi Aitem.....	32
3. Reliabilitas.....	37
H. Teknik Analisis Data.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	38
A. Pelaksanaan Penelitian	38
B. Hasil Penelitian	39
1. Deskripsi Subjek Penelitian	39
2. Uji Asumsi.....	39
a. Uji Normalitas	40
b. Uji Linearitas.....	40
3. Uji Hipotesis.....	41
C. Analisis Tambahan.....	43
1. Kategorisasi Data Penelitian	43
a. Kategorisasi Variabel <i>Self Compassion</i>	43
b. Kategorisasi Variabel <i>Emotional Intelligence</i>	45
2. Analisis Sumbangan Efektif <i>Self Compassion</i> dengan <i>Emotional Intelligence</i>	46
D. Pembahasan.....	48
BAB V PENUTUP.....	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA	57

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blue print Emotional Intelligence Scale</i> (Sebelum Uji Coba)	29
Tabel 3.2 <i>Blue print Self Compassion Scale</i> (Sebelum Uji Coba)	30
Tabel 3.3 <i>Blue Print Skala Emotional Intelligence</i> (Setelah Uji Coba)	33
Tabel 3.4 <i>Blue print Emotional Intelligence Scale</i> untuk Penelitian	34
Tabel 3.5 <i>Blue Print Self Compassion</i> (Setelah Uji Coba)	35
Tabel 3.6 <i>Blue print Self Compassion Scale</i> untuk Penelitian	36
Tabel 3.7 Hasil Analisis Reliabilitas	37
Tabel 4.1 Deskripsi Subjek Penelitian	39
Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas One Sample Kolmogorov-Smirnov Test	40
Tabel 4.3 Hasil Uji Linearitas	41
Tabel 4.4 Tingkat Signifikansi Hubungan Antar Variabel	42
Tabel 4.5 Uji Hipotesis	42
Tabel 4.6 Norma kategorisasi	43
Tabel 4.7 Gambaran Hipotetik dan Empirik Variabel <i>Self Compassion</i>	44
Tabel 4.8 Kategorisasi Variabel <i>Self Compassion</i>	44
Tabel 4.9 Gambaran Hipotetik dan Empirik Variabel <i>Emotional Intelligence</i>	45
Tabel 4.10 Kategorisasi Variabel <i>Emotional Intelligence</i>	46
Tabel 4.11 Hasil Analisis Regresi	47
Tabel 4.12 Nilai <i>Coefficients b</i> Variabel <i>Self Compassion</i>	47



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Lembar Validasi Alat Ukur	61
Lampiran B Skala Try Out	82
Lampiran C Tabulasi Data Try Out	89
Lampiran D Hasil Analisis Data Try Out	98
Lampiran E Skala Penelitian	103
Lampiran F Tabulasi Data Penelitian	109
Lampiran G Demografi Subjek Penelitian	128
Lampiran H Uji Asumsi	136
Lampiran I Analisis Tambahan	140
Lampiran J Surat Penelitian	144

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN *EMOTIONAL INTELLIGENCE* PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UIN SUSKA RIAU

Wiwit Agustina Ningsih
(wiwitagustinan@gmail.com)
Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau

ABSTRAK

Memiliki kemampuan *Self Compassionate* dapat membantu meningkatkan *emotional intelligence* individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* dengan *emotional intelligence* pada mahasiswa. Sampel penelitian berjumlah 293 mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau Tahun ajaran 2021 yang ditentukan dengan *simple random sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala *Emotional Intelligence Scale* dikembangkan Mayer dan Salovey yang direvisi menjadi 33 items oleh Schutte, et al (1998) dan *Self Compassion Scale* (SCS) yang dikembangkan oleh Neff, K (2003). Berdasarkan analisis korelasi parametrik *Pearson Product Moment* diketahui bahwa *self compassion* memiliki hubungan positif dengan *emotional intelligence* ($r=0,406$, $p=0,000$). *Self compassion* dapat menjelaskan *emotional intelligence* pada mahasiswa sebesar 16,5%. Dapat disimpulkan bahwa *self compassion* memiliki hubungan yang positif dengan *emotional intelligence*.

Kata Kunci: *Self Compassion*, *Emotional Intelligence*, Mahasiswa

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

THE CORRELATION BETWEEN SELF COMPASSION WITH EMOTIONAL INTELLIGENCE IN FACULTY OF PSYCHOLOGY STUDENTS OF UIN SUSKA RIAU

Wiwit Agustina Ningsih

(wiwitagustinan@gmail.com)

Faculty of Psychology, State Islamic University Sultan Syarif Kasim Riau

ABSTRACT

Having self-compassionate ability can help to improve an individual's emotional intelligence. The study aimed to find out the correlation between self compassion and emotional intelligence in college students. The sample of this research is 293 college students of Faculty of Psychology, State Islamic University Sultan Syarif Kasim Riau were taken by simple random sampling technique. The data were collected by using Emotional Intelligence Scale developed by Mayer and Salovey which revised to 33 items by Schutte, et al (1998) and Self Compassion Scale (SCS) developed by Neff, K (2003). Based on parametric correlation Pearson Product Moment analysis, the result found that self compassion has a positive relationship with emotional intelligence in college students ($r=0,406$, $p=0,000$). Self compassion explained 16,5% of college student's emotional intelligence. It can be concluded that self compassion have positive relationship with emotional intelligence.

Keyword: Self Compassion, Emotional Intelligence, College Students

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan peserta didik yang menempuh jenjang perguruan tinggi dalam menimba ilmu sesuai dengan keahliannya. Memasuki perguruan tinggi menjadi peralihan dari siswa menjadi mahasiswa yang memiliki perbedaan baik dalam proses belajar mengajar maupun lingkungan belajar. Proses transisi ini membutuhkan penyesuaian untuk dapat bertahan dengan lingkungan perkuliahan yang berbeda, apalagi ketika perguruan tinggi yang dimasuki tidak berada pada daerah domisili. Hal ini membutuhkan penyesuaian lebih banyak dengan budaya setempat. Perubahan yang terjadi pada masa transisi ini akan menimbulkan emosi, terutama emosi-emosi negatif seperti marah, sedih, kecewa, rendah diri, mudah tersinggung, dan lebih sensitif (Rafidah, et al dalam Nida, 2020).

Permasalahan tersebut tidak hanya terjadi pada tahun pertama perkuliahan yang membutuhkan penyesuaian diri lebih banyak, tetapi terjadi pada tahun-tahun perkuliahan berikutnya ketika mahasiswa tidak mampu dalam mengenal dan mengelola emosi dengan baik. Pada tahun pertama terjadi permasalahan mengenai pengenalan lingkungan kampus dan proses belajar mengajar. Pada tahun kedua dan ketiga, mahasiswa memiliki beban tugas yang banyak dan sulit. Serta pada tahun keempat, mahasiswa dihadapkan pada penyusunan skripsi sebagai tuntutan dalam menyelesaikan studi. Setiap proses yang dilalui tentunya selalu melibatkan aksi individu, yang meliputi setiap perasaan dan gejolak emosi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Arnet (dalam Wiyono & Nurwidawati, 2018) menyatakan bahwa perubahan kehidupan sekolah menjadi kehidupan perguruan tinggi dikatakan sebagai perubahan dari fase remaja akhir menuju dewasa awal dengan individu yang menerima banyak tekanan yang cenderung akan direspon sebagai penyebab munculnya stress yang berdampak pada kecemasan dan ketidakstabilan emosi. Permasalahan dan tekanan menjalankan kehidupan perkuliahan yang dialami mahasiswa akan mengakibatkan kecemasan yang mempengaruhi kondisi emosional mahasiswa. Ketidakstabilan emosi yang terjadi akan menyebabkan mahasiswa mengalami tekanan yang berakibat stress.

Kebanyakan mahasiswa kesulitan dalam memahami emosi yang dialaminya, sehingga emosi tersebut dapat memberikan pengaruh terhadap keadaan psikologis. Permasalahan yang terjadi pada mahasiswa dikarenakan banyaknya tuntutan dalam kehidupan hingga menimbulkan emosi negatif. Ketika individu kesulitan dalam mengembangkan emosi yang dirasakan akan menyebabkan timbulnya emosi negatif. Hal ini tentunya dapat berakibat buruk bagi individu saat kesulitan dalam mengenal dan mengelola emosinya.

Salah satu faktor yang membuat seseorang dapat melakukan sesuatu yang diinginkan ialah ketika dapat memiliki *emotional intelligence* yang baik dan banyaknya dukungan sosial (Papalia & Feldman dalam Zuraida, 2019). Ketika mahasiswa memiliki *emotional intelligence* yang baik maka dapat mempermudah melakukan kegiatan selama perkuliahan meskipun terdapat kesulitan dalam menjalaninya. Hal ini menjelaskan bahwa diperlukan *emotional intelligence* yang baik agar dapat memaksimalkan kinerja yang dilakukan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Emotional intelligence yang baik akan mempermudah dan membantu kegiatan sehari-hari. Orang-orang dengan *emotional intelligence* yang lebih tinggi dapat mengatur emosi yang lebih baik di lingkungan akademik, tempat kerja dan lebih banyak lagi, sehingga dapat mencapai kesuksesan secara maksimal (Burkiewicz, 2015 dalam Ramdhani, et al., 2020). *Emotional intelligence* mencakup saat menerima emosi, memahami emosi, dan mengelola emosi. Ketika individu kesulitan dalam mengenal maupun menerima emosi akan menyebabkan ketidakstabilan emosi yang menimbulkan kecemasan. *Emotional intelligence* dapat diukur melalui kecakapan individu dalam menyadari emosinya, mengelola emosinya, memanfaatkan emosinya untuk memotivasi diri ke hal yang lebih baik, mampu memahami perasaan orang lain, dan terampil dalam relasi sosial (Goleman dalam Yunia, et al., 2019)

Mayer dan Salovey (1993) menjelaskan bahwa *emotional intelligence* merupakan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memahami emosi diri sendiri dan orang lain untuk membantu pikiran dan tindakan seseorang. Individu dengan *emotional intelligence* yang baik akan dapat membantu individu dalam melakukan suatu tindakan. *Emotional intelligence* tidak hanya bagian dari diri individu sendiri namun adanya kecerdasan sosial yang melibatkan orang lain. Sehingga *emotional intelligence* tidak hanya dapat membantu diri sendiri yang melibatkan afeksi namun dapat membantu orang lain dengan pemahaman mengenai kondisi emosional yang terjadi.

Ketika terjadi suatu masalah, individu yang tidak mampu atau memiliki *emotional intelligence* yang rendah tidak akan mampu mengontrol emosinya

sehingga pada saat berkomunikasi tidak efektif (Deniz dalam Hasnah, et al., 2018). *Emotional intelligence* yang dimiliki individu dapat membantu dalam berkomunikasi dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Ketidakmampuan dalam memahami emosi akan mempengaruhi interaksi sosial. Hal ini disebabkan karena kecerdasan emosi termasuk dalam kecerdasan sosial yang melibatkan interaksi diri sendiri dengan orang lain. Tentunya diperlukan kemampuan emosional yang baik agar kontak sosial tetap terjaga.

Seligman dalam Setyowati, et al., (2010) mengungkapkan bahwa individu yang cerdas emosinya akan bersikap optimis, bahwa segala sesuatu dalam kehidupan dapat teratasi ketika menghadapi kemunduran atau frustrasi. Individu yang memiliki kemampuan dalam mengelola emosinya tersebut akan mampu mengambil keputusan pada saat mengalami situasi genting sehingga pengenalan emosi yang baik dapat membuat individu terkendali dalam menyelesaikan permasalahan tersebut.

Ketika individu dihadapkan pada suatu masalah, ia akan membutuhkan kemampuan pengendalian emosi yang baik guna menghindari frustrasi. Ketika individu berada pada kondisi tersebut, ia membutuhkan kemampuan dalam memahami emosi yang sedang dirasakannya serta tidak menghakimi penderitaan yang dialaminya. Hal tersebut dapat mengasihi dirinya tanpa memutuskan pengalaman buruk yang pernah dilaluinya, hal inilah dinamakan dengan *self compassion*. Individu yang memiliki *self compassion* memerlukan kemampuan dalam mengenal emosi. Dengan *self compassion*, ketika terdapat emosi negatif tidak diubah menjadi emosi positif melainkan emosi positif justru dihasilkan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dengan merangkul emosi negatif. *Self compassion* dikaitkan dengan kekuatan psikologis seperti kebahagiaan, optimisme, kebijaksanaan, keingintahuan, dan kecerdasan emosional (Heffernan & Fitzpatrick dalam Germer & Neff, 2013).

Dengan adanya *self compassion*, individu dapat memahami setiap emosi yang berasal dari pengalaman hidupnya tanpa menghakimi dan menyalahkan pengalaman pahit yang dialaminya. Sejalan dengan Neff (2003) mengemukakan bahwa *self compassion* merupakan keterlibatan dan pemahaman untuk tidak menghakimi rasa sakit, kekurangan, dan kegagalan seseorang, sehingga pengalaman tersebut menjadi bagian dari pengalaman manusia yang lebih besar.

Keterlibatan individu dengan memahami secara utuh kondisi emosional dengan tidak memberikan penghakiman akan kondisi tersebut akan menyebabkan individu akan merasa lebih menerima dan berdamai dengan sesuatu yang telah terjadi.

Mahasiswa seharusnya dapat menerima dengan baik dirinya secara utuh tanpa menghakimi setiap permasalahan yang menyimpannya. Dengan memberikan kebaikan atas penderitaan yang dialami, maka mahasiswa dapat mengembangkan dan mengelola emosi dengan baik. Peningkatan *emotional intelligence* pada individu dapat meningkatkan kemampuan individu untuk memberikan kebaikan atas dirinya. Penelitian menunjukkan bahwa orang yang lebih *self compassionate* memiliki *emotional intelligence* yang lebih tinggi, yang berarti bahwa individu tersebut mampu menjaga keseimbangan emosional saat bingung (Neff, 2011). Individu yang memiliki *self compassionate* akan meningkatkan kemampuan dalam mengenal, menerima, dan memahami emosi dengan baik.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Individu yang memiliki *self compassionate* mampu menghadapi pikiran yang menyakitkan mereka sendiri tanpa menghindarinya dengan mengelola kekecewaan dan rasa frustrasi mereka (Neely et al., 2009). Pengalaman yang menyakitkan yang terjadi ketika individu dapat mampu mengelola rasa sakit dan tidak nyaman tersebut akan meningkatkan kemampuan individu dalam mengambil keputusan dan memahami emosi dengan baik.

Situasi krisis yang dialami individu memerlukan mekanisme pertahanan dalam menghadapinya. Suatu keadaan yang mempengaruhi segi afektif dalam hal ini melibatkan kestabilan emosi perlu adanya metode untuk tetap menjaga kestabilan emosi tersebut. *Self compassionate* ditemukan bertindak sebagai metode pertahanan diri dari kecemasan ketika individu berada pada situasi yang mempengaruhi ego (Neff et al., 2007). Dengan memiliki *self compassion*, individu memiliki suatu pertahanan dalam menghadapi ketidakstabilan situasi dan ketidakstabilan emosi yang terjadi.

Neff (2011) menyebutkan bahwa individu yang memiliki *self compassion* lebih cenderung terlibat dalam pengambilan perspektif daripada berfokus kepada kesusahan mereka sendiri. Hal ini menyebabkan individu yang memiliki *self compassion* yang baik akan mampu mengendalikan emosi dari pengalaman hidupnya dikarenakan memiliki kecerdasan emosional yang tinggi. Pengendalian emosi yang baik akan membentuk kontak sosial yang baik pula sehingga mempermudah individu untuk menyesuaikan diri serta mempermudah dalam berinteraksi dengan orang lain.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dengan memiliki *self compassionate* yang tinggi akan mempengaruhi pengelolaan emosi yang melibatkan kecerdasan emosi. Sejalan penelitian yang dilakukan oleh Kusuma, R. A (2018), adanya keterkaitan antara *self compassion* terhadap *emotional intelligence*. Hal ini dikarenakan bahwa apabila individu memiliki *self compassion* yang baik maka akan berpengaruh terhadap kecerdasan emosi. Berdasarkan yang telah dijabarkan, peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian tentang “Hubungan antara *Self Compassion* dengan *Emotional Intelligence* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan dalam latar belakang maka peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut: “Apakah terdapat hubungan antara *Self Compassion* dengan *Emotional Intelligence* pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau?”.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Self Compassion* dengan *Emotional Intelligence* pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau”

D. Keaslian Penelitian

Penelitian dengan tema *Self Compassion* dan *Emotional Intelligence* telah banyak dilakukan. Berikut ini beberapa penelitian yang terkait dengan variabel-variabel yang akan diteliti oleh peneliti:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Kristin D. Neff dan Roos Vonk (2009) dengan judul “*Self Compassion Versus Global Self Esteem: Two Different*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Ways of Relating to One Self” menunjukkan bahwa *self compassion* menjadi alternatif yang berguna untuk *self esteem* ketika mempertimbangkan pendirian yang sehat. Persamaan dengan penelitian yang peneliti dilakukan adalah salah satu variabel yaitu *self compassion*. Penelitian ini juga menggunakan metode kuantitatif sebagai pendekatan penelitiannya. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah subjek didapatkan melalui rekrutmen artikel di koran dan majalah dan penelitian ini dilakukan di Amerika Serikat.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Fadhilah Ramadhani dan Nurdibyanandaru (2014) dengan judul “*Pengaruh Self-Compassion Terhadap Kompetensi Emosi Remaja Akhir*” menunjukkan bahwa adanya pengaruh positif dari *self compassion* terhadap kompetensi emosi remaja akhir. Hal ini menunjukkan bahwa setiap kenaikan *self compassion* akan meningkatkan kompetensi emosi seseorang. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti yaitu terdapat pada salah satu variabel *self compassion* dan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Perbedaan yang terdapat dengan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah menggunakan remaja akhir sebagai subjek penelitian dengan tingkat pendidikan meliputi SMA dan Perguruan Tinggi.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Pooja V. Anand (2019) dengan judul “*Occupational Stress: Relationship with Emotional Intelligence and Coping Self-Efficacy*” menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara *coping self-efficacy* dan *emotional intelligence*. Persamaan dengan penelitian yang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

peneliti dilakukan adalah salah satu variabel yaitu *emotional intelligence*. Penelitian ini juga menggunakan metode kuantitatif sebagai pendekatan penelitiannya. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah karyawan bank sebagai subjeknya dan penelitiannya dilakukan di Delhi, India.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Rizky Dony Pramana dan Ni Wayan Sukmawati Puspitadewi (2014) dengan judul “*Hubungan antara Kecerdasan Emosi dan Tngkat Depresi dengan Ide Bunuh Diri pada Peserta Didik Kelas X SMK Farmasi Surabaya*” menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi peserta didik maka semakin menurun ide bunuh diri dan apabila semakin tinggi tingkat depresi maka semakin tinggi ide bunuh diri. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti yaitu terdapat pada variabel terikat (*emotional intelligence*) dan menggunakan pendekatan kuantitatif dalam penelitiannya. Perbedaan yang terdapat dengan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah menggunakan subjek siswa kelas X dan penelitian dilakukan di Surabaya.

5. Penelitian yang dilakukan oleh R.A Mega Adinda Kusuma (2018) dengan judul “*Pengaruh Self Compassion Terhadap Kecerdasan Emosional pada Guru Sekolah Dasar Luar Biasa Negeri di Jakarta*” menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *self compassion* dengan kecerdasan emosional pada guru sekolah dasar luar biasa negeri di Jakarta. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti yaitu terdapat pada variabel bebas (*self compassion*) dan variabel terikat (*emotional intelligence*) dan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menggunakan pendekatan kuantitatif dalam penelitiannya. Perbedaan yang terdapat dengan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah menggunakan subjek guru Sekolah Dasar Luar Biasa dan penelitian dilakukan di Jakarta.

6. Penelitian yang dilakukan oleh Emine Senyuva, et al., (2014) dengan judul “*Relationship between Self-Compassion and Emotional Intelligence in Nursing Students*” menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara *self compassion* dengan *emotional intelligence*, termasuk saat individu menerima emosi dan menggunakan pengetahuannya dalam memfungsikan pikiran yang tepat serta memiliki kontribusi positif dalam peningkatan *self compassion* pada mahasiswa keperawatan. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti yaitu terdapat pada variabel bebas (*self compassion*) dan variabel terikat (*emotional intelligence*) dan menggunakan pendekatan kuantitatif dalam penelitiannya. Perbedaan yang terdapat dengan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah menggunakan subjek mahasiswa keperawatan dan penelitian dilakukan pada departemen pendidikan keperawatan di Turki.

Keunikan dalam penelitian ini adalah mengambil mahasiswa di kota Pekanbaru sebagai subjek penelitian yang belum diteliti secara spesifik dalam berbagai penelitian dengan tema serupa.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah bagi perkembangan ilmu psikologi yang berhubungan dengan *self compassion* dengan *emotional intelligence* pada mahasiswa.

Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan informasi kepada mahasiswa mengenai *self compassion* yang akan berdampak pada *emotional intelligence*.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Emotional Intelligence*

Pengertian *Emotional Intelligence*

Menurut Mayer dan Salovey (1993), *emotional intelligence* merupakan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memahami emosi diri sendiri dan orang lain untuk membantu pikiran dan tindakan seseorang. Sedangkan menurut Bar-On (2010), *emotional intelligence* merupakan kemampuan, kompetensi, dan keterampilan non kognitif yang mempengaruhi individu dalam keberhasilan mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan yang dihadapinya. Selanjutnya, *emotional intelligence* adalah kemampuan memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi keadaan frustrasi untuk mengontrol impuls dan menunda kepuasan serta mengatur suasana hati agar tidak kesulitan dalam berfikir (Goleman dalam Morrison, 2007).

Emotional intelligence adalah wawasan seseorang untuk melihat dengan tepat perasaannya sendiri dan orang lain serta untuk menghadapi semua perasaan tersebut secara rasional (Teleb & Al Awamleh, 2013). Testa (2014) menekankan bahwa *emotional intelligence* sangat penting karena kemampuan identifikasi emosi dan keterampilan untuk mengaplikasikan emosi tersebut dalam proses berfikir serta mengatasi emosi sendiri dengan orang lain dalam pencapaian suatu tujuan. Selanjutnya, *emotional intelligence* adalah kemampuan individu untuk waspada terhadap emosi pribadi, mengidentifikasi, menilai, mengendalikan emosi diri sendiri dan orang lain,



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

serta keterampilan dalam memahami pemicu suatu peristiwa yang menyebabkan timbulnya emosi (Stanley & Konrath, 2012 dalam Teleb & Al Awamleh, 2013).

Dalam perspektif Islam, kecerdasan emosi merupakan kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosi. Hal ini sesuai dengan ajaran Islam bahwa Allah memerintahkan umatnya untuk menguasai, mengendalikan, dan mengontrolnya emosinya (Mufida, 2019). Sesuai dengan firman Allah SWT dalam Surat Al-Hadid Ayat 22-23 yang artinya:

“Tiada suatu bencanapun yang menimpa di bumi dan (tidak pula) pada dirimu sendiri melainkan telah tertulis dalam kitab (Lauhul Mahfuzh) sebelum Kami menciptakannya. Sesungguhnya yang demikian itu adalah mudah bagi Allah. Kami jelaskan yang demikian itu) supaya kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput dari kamu, dan supaya kamu jangan terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu. Dan Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong lagi membanggakan diri.” (Surat Al-Hadid Ayat 22-23).

Berdasarkan beberapa pengertian dari para ahli, maka dapat disimpulkan bahwa *emotional intelligence* merupakan kemampuan individu dalam memahami, mengenali, dan mengendalikan emosi diri sendiri dan orang lain yang dapat membantu individu dalam mengatasi tuntutan maupun tekanan yang berasal dari lingkungannya.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aspek-Aspek *Emotional Intelligence*

Terdapat empat aspek *emotional intelligence* menurut Mayer (2004), yaitu:

a. *Perceiving Emotion*

Perceiving emotion merupakan kemampuan seseorang dalam menerima emosi dan mengidentifikasi emosi yang ada dalam diri sendiri maupun orang lain dengan baik.

b. *Using Emotion to Facilitate Thought*

Using emotion to facilitate thought merupakan kemampuan untuk menggunakan emosi dengan baik dalam memfokuskan atensi dan untuk berfikir secara rasional, *logical*, dan kreatif. Dalam menggunakan emosi membutuhkan kemampuan untuk memanfaatkan perasaan yang membantu dalam penalaran, pemecahan masalah, pengambilan keputusan, dan komunikasi interpersonal.

c. *Understanding Emotions*

Understanding emotions merupakan kemampuan untuk memahami pesan emosional dan tindakan tertentu yang terkait sehingga dapat berpikir mengenai makna tersebut. Individu yang memahami emosi, memiliki perasaan yang kaya kosakata dan menghargai hubungan yang menggambarkan keadaan perasaan yang berbeda.

d. *Managing Emotions*

Managing emotions merupakan kemampuan untuk mengelola perasaan dan emosi sendiri dan oranglain untuk mengembangkan tujuan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diri sendiri dan orang lain. Ketika individu mengelola perasaan sendiri, individu harus bisa memantau, membedakan, dan memberi label perasaan mereka secara akurat.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *Emotional Intelligence*

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *emotional intelligence* menurut Goleman, D. (1996), yaitu:

a. Faktor Jenis Kelamin

Laki-laki yang memiliki *emotional intelligence* yang tinggi siap secara sosial dan tidak rentan terhadap kecemasan. Selain itu, memiliki kapasitas yang baik dalam berkomitmen dan bertanggung jawab. Sedangkan perempuan dengan *emotional intelligence* yang tinggi cenderung mengungkapkan perasaan secara langsung dan merasakan nilai positif dalam diri mereka (Goleman, 1996). Dalam aspek emosional, wanita lebih mampu memecahkan informasi emosional yang nonverbal, memiliki emosi yang lebih besar dan sensitif terhadap emosi orang lain, lebih ekspresif dalam menunjukkan kemampuan interpersonal, serta secara tradisional perempuan lebih akrab dibandingkan dengan laki-laki terhadap kemampuan emosional (Fernández-Berrocal, P, et al., 2012).

b. Faktor Fungsi Otak

LeDoux menjelaskan bahwa dalam struktur otak yang terdapat amigdala yang berfungsi sebagai pusat kendali emosi. Amigdala berperan dalam mengendalikan impuls emosional yang berfungsi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

untuk membaca perasaan yang dialami. Amigdala yang berada pada proses limbik ini apabila mengalami gangguan, maka susunan syaraf pada otak yang menghubungkan amigdala akan mengalami masalah dalam penyampaian informasi sehingga sulit untuk membaca atau memahami emosi yang ditangkap. Dr. Sifneos mengemukakan bahwa pemutusan antara sistem limbik dan neokorteks yang menghubungkan dengan amigdala akan mengakibatkan sirkuit otak emosional sulit untuk bereaksi terhadap perasaan yang diterima (Goleman, 1996).

c. Faktor Keluarga

Lingkungan keluarga memiliki peran penting dalam proses pembelajaran emosi. Anak belajar mengenai perasaan tentang diri sendiri dan orang lain, memikirkan tentang perasaan diri sendiri dan orang lain, dan memiliki kemampuan dalam bereaksi atau membaca perasaan tersebut. Kemampuan dalam pengenalan emosi ini diajarkan oleh orangtua kepada anak-anaknya. Namun, hal ini tentunya memiliki perbedaan pada setiap anak dalam pengenalan emosi sesuai dengan pola asuh yang digunakan oleh orangtua. Pola asuh yang cenderung mengabaikan anak dengan orangtua yang tidak mementingkan kompetensi emosional anak akan mengakibatkan anak mengalami kegagalan dalam kemampuan pengendalian emosi. Namun, orangtua yang memiliki pola asuh yang memperhatikan perasaan anak dan mencari alternatif respon emosional anak, maka



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

anak tersebut memiliki kemampuan dalam memahami dan pengendalian emosi yang baik (Goleman, D, 1996).

d. Faktor Budaya

Budaya terkadang memiliki variasi dalam menampilkan perasaan dan keadaan emosinya. Penelitian yang dilakukan Gunkel, M., Schlägel, C & Engle, R. L. (2014) menunjukkan bahwa budaya mempengaruhi *emotional intelligence* dalam hal ini terutama kolektivisme, penghindaraan ketidakpastian, dan orientasi jangka panjang memiliki pengaruh positif pada dimensi *emotional intelligence* yang berbeda.

e. Self Compassion

Emotional intelligence dan *self compassion* menunjukkan hubungan yang positif bahwa remaja lebih terbuka terhadap penderitaan, mengalami perasaan hangat, lebih memahami diri sendiri, dan lebih mampu menenangkan diri, cenderung lebih memperhatikan diri mereka sendiri (Castilho, et al., 2017). Selain itu, adanya korelasi positif yang signifikan ditemukan pada *self compassion* dan kemampuan untuk mengatur suasana hati dan kejelasan pengalaman perasaan orang tersebut (Heffernan, M., et al., 2010).

Temuan studi yang dilakukan oleh Senyuva, et al (2014) mengungkapkan bahwa *self compassion* dan *emotional intelligence* saling mempengaruhi dalam pemantauan dan pelacakan informasi



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yang diperoleh dari emosi individu untuk memandu pikiran dan tindakan, yang termasuk komponen penting dari kecerdasan emosional.

B. *Self Compassion*

Pengertian *Self Compassion*

Definisi “*self compassion*” terkait dengan definisi yang lebih umum dari “*compassion*”, *compassion* melibatkan penderitaan orang lain, membuka kesadaran individu terhadap rasa sakit orang lain dan tidak menghindar atau memutuskan hubungan darinya, sehingga muncul perasaan baik terhadap orang lain dan memiliki keinginan untuk meringankan penderitaan mereka (Wispe dalam Neff, 2003).

Neff (2003) mengemukakan bahwa *self compassion* merupakan kemampuan seseorang untuk tetap melibatkan penderitaan tanpa memutuskan hubungan darinya sehingga menghasilkan keinginan untuk meringankan penderitaan dengan kebaikan. Selanjutnya, *self compassion* merupakan keterlibatan dan pemahaman untuk tidak menghakimi rasa sakit, kekurangan, dan kegagalan seseorang, sehingga pengalaman tersebut menjadi bagian dari pengalaman manusia yang lebih besar (Neff, 2003).

Crocker, J., & Canevello, A. (2008), *self compassion* sangat penting untuk hidup karena dapat membantu individu berurusan dengan perjuangan hidup dan dapat membantu individu untuk berhenti menyalahkan diri sendiri terhadap hal-hal yang tidak dapat dikontrol, serta dapat memberikan dukungan sosial antar pribadi. *Self compassion* melibatkan perhatian,



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kebaikan, dan welas asih yang sama terhadap diri sendiri yang disampaikan seseorang kepada orang tercinta yang menderita (Allen, A. B., & Leary, M. R, 2010). Selanjutnya, Reyes (2011), *self compassion* merupakan kemampuan seseorang untuk mencintai dan mengasihani diri sendiri saat menderita.

Dalam perspektif Islam, *self compassion* dikaitkan dengan orientasi religius dan dapat meningkatkan kesehatan mental (Rezapour-Mirsaleh, 2020). Menurut Rezapour-Mirsaleh (2020) *self compassion* merupakan mengetahui keterbatasan manusia sehingga manusia dapat melakukan kesalahan dan terkadang diharuskan untuk memaafkan diri sendiri. Selanjutnya, Rezapour-Mirsaleh (2020) mengemukakan bahwa dalam pandangan Islam, Tuhan memberikan belas kasih kepada manusia sehingga manusia tidak boleh menyalahkan diri sendiri atas masalah yang melampaui keinginannya.

Berdasarkan beberapa pengertian dari para ahli, maka dapat disimpulkan bahwa *self compassion* merupakan kemampuan individu untuk mengenali rasa sakit yang dialami diri sendiri maupun orang lain dan tidak menghakimi maupun memutuskan hubungan atas penderitaan-penderitaan yang pernah dialaminya, serta memiliki keinginan untuk memberikan kebaikan atas penderitaan yang telah terjadi pada hidupnya.

Aspek-Aspek *Self Compassion*

Terdapat beberapa aspek *self compassion* yang dikemukakan oleh Neff (2003), yaitu:



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. *Self Kindness*

Self Kindness merupakan kemampuan individu untuk memberikan kebaikan dan pemahaman kepada diri sendiri tanpa menghakimi dan mengkritik diri sendiri dengan keras. *Self compassion* memerlukan kehangatan dan pengertian terhadap diri kita sendiri ketika kita menderita, gagal, atau merasa tidak mampu, daripada mengabaikan rasa sakit kita atau mencela diri sendiri dengan mengkritik diri sendiri. Orang yang menyayangi diri sendiri menyadari bahwa menjadi tidak sempurna, gagal, dan mengalami kesulitan hidup tidak dapat dihindari, sehingga mereka cenderung bersikap lembut pada diri sendiri saat dihadapkan pada pengalaman yang menyakitkan daripada menjadi marah ketika hidup tidak berjalan sesuai dengan ekspektasinya.

b. *Common Humanity*

Common Humanity merupakan kemampuan untuk melihat pengalaman sebagai bagian pengalaman manusia daripada melihatnya secara terpisah dan terisolasi. *Self compassion* melibatkan pengakuan bahwa penderitaan dan ketidakcakapan pribadi adalah bagian dari pengalaman yang dialami oleh setiap manusia dan individu memiliki kemampuan untuk melalui semua peristiwa yang dialaminya.

c. *Mindfulness*

Self compassion membutuhkan pendekatan yang seimbang terhadap emosi negatif sehingga perasaan yang dialami individu tidak



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ditekan atau dipermasalahkan. Keseimbangan ini berasal dari proses menghubungkan pengalaman pribadi dengan orang lain yang juga menderita sehingga menempatkan situasi kita sendiri ke dalam perspektif yang lebih luas. *Mindfulness* merupakan kemampuan individu mengendalikan pikiran dan perasaan yang menyakitkan dalam kesadaran yang seimbang daripada mengidentifikasi secara berlebihan.

C. Kerangka berfikir

Mahasiswa pada perguruan tinggi mengalami berbagai perubahan baik dalam lingkungan belajar maupun proses belajar mengajar. Perubahan-perubahan yang terjadi membutuhkan kesiapan dalam mengatasinya. Ketidaksiapan dalam menghadapi perubahan mengakibatkan terjadi perubahan emosi atas peristiwa tersebut. Perubahan emosi yang tidak dapat dihindari akan menimbulkan kecemasan yang akan berdampak dalam kehidupan.

Ketika individu tidak dapat memahami dan mengelola emosi yang dirasakan akan menimbulkan emosi-emosi negatif. Ketidakmampuan dalam mengelola emosi dengan baik agar mempengaruhi afektif individu. Individu yang memiliki *emotional intelligence* yang tinggi dapat memilih strategi adaptif yang mengatur emosi seperti kesedihan dan rasa malu (Castilho, 2017).

Dengan banyaknya tuntutan yang dihadapi mahasiswa kemungkinan menerima banyak masalah sehingga menimbulkan emosi negatif cukup besar. Hal ini tentunya mempengaruhi aktivitas mahasiswa sehari-hari apabila tidak memiliki kemampuan dalam mengelola emosi tersebut. Dalam mengelola dan memahami



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

emosi yang dialami, mahasiswa membutuhkan kesadaran yang utuh untuk menghadapinya. Kesadaran yang utuh didapatkan melalui *mindfulness* dengan menyeimbangkan emosi negatif yang dialami.

Selain itu, untuk menyikapi perubahan emosi yang dialami dibutuhkan kesiapan mahasiswa untuk memberikan kebaikan atas peristiwa maupun permasalahan yang dihadapinya. Permasalahan yang dialami mahasiswa dengan banyaknya tuntutan dalam perguruan tinggi termasuk sebagai peristiwa yang juga dialami oleh individu lainnya. Sehingga perlu memahami bahwa setiap permasalahan yang dihadapi merupakan bagian dari pengalaman yang tidak dapat dipisahkan.

Kemampuan individu untuk tetap *mindfulness*, memberikan kebaikan atas penderitaan yang dialaminya, dan memahami bahwa peristiwa menyakitkan yang terjadi merupakan bagian dari pengalaman manusia termasuk dalam hal yang mendasari *self compassion*. Peningkatan *self compassion* pada individu mempengaruhi peningkatan dalam *emotional intelligence*.

Self compassion dikaitkan dengan kesehatan mental yang lebih baik, perasaan keterhubungan sosial, menenangkan diri lebih baik, tingkat ingatan emosional positif yang lebih tinggi, dan dengan sedikit depresi serta kecemasan (Castilho, 2017). Dengan individu yang memiliki *compassionate* diartikan bahwa individu tersebut memiliki kesehatan mental yang baik dalam hal ini memiliki *emotional intelligence* yang tinggi.

Dengan memiliki *self compassionate* yang tinggi akan mempengaruhi pengelolaan emosi yang melibatkan kecerdasan emosi. Berdasarkan dengan



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

penelitian yang dilakukan Teleb & Al Awamleh (2013) pada mahasiswa didapatkan bahwa adanya hubungan yang positif antara *self compassion* dengan *emotional intelligence*, dengan memiliki *self compassion* yang tinggi maka akan *emotional intelligence* akan tinggi begitu pula sebaliknya.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa *self compassion* dapat menjadi faktor individu memiliki *emotional intelligence* yang baik. Mahasiswa yang memiliki *self compassion* tinggi akan dapat memahami dan mengelola emosi yang dialaminya.

D. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *self compassion* dengan *emotional intelligence*, artinya semakin tinggi *self compassion* maka semakin tinggi pula *emotional intelligence* pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional antara variabel *self compassion* (X) dan variabel *emotional intelligence* (Y). penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan antara *self compassion* dengan *emotional intelligence* pada mahasiswa.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y), adapun variabel tersebut yaitu:

1. Variabel bebas (X) : *Self Compassion*
2. Variabel terikat (Y) : *Emotional Intelligence*

C. Definisi Operasional

1. *Emotional Intelligence*

Emotional intelligence merupakan kemampuan mahasiswa dalam memahami, mengenali, dan mengendalikan emosi diri sendiri dan orang lain yang dapat membantu individu dalam mengatasi tuntutan maupun tekanan yang berasal dari lingkungannya. Adapun aspek-aspek *emotional intelligence*, yaitu:

- a. *Perceiving Emotion*, dengan indikator sebagai berikut:
 - 1) Menerima emosi
 - 2) Mengidentifikasi emosi diri sendiri
 - 3) Mengidentifikasi emosi orang lain



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. *Using Emotion to Facilitate Thought*, dengan indikator sebagai berikut:

- 1) Menggunakan emosi dalam penalaran
- 2) Menggunakan emosi dalam pengambilan keputusan
- 3) Menggunakan emosi dalam komunikasi interpersonal

c. *Understanding Emotions*, dengan indikator sebagai berikut:

- 1) Memahami pesan emosional diri sendiri
- 2) Memahami pesan emosional orang lain
- 3) Memahami tindakan yang tepat terkait emosi tersebut

d. *Managing emotions*, dengan indikator sebagai berikut:

- 1) Mengelola emosi diri sendiri
- 2) Mengelola emosi dari orang lain
- 3) Membedakan emosi yang diterima

2. *Self Compassion*

Self compassion merupakan kemampuan mahasiswa untuk mengenali rasa sakit yang dialami diri sendiri maupun orang lain dan tidak menghakimi maupun memutuskan hubungan atas penderitaan-penderitaan yang pernah dialaminya, serta memiliki keinginan untuk memberikan kebaikan atas penderitaan yang telah terjadi pada hidupnya. Adapun aspek-aspek *self compassion*, yaitu:

a. *Self Kindness*, dengan indikator sebagai berikut:

- 1) Menerima ketidaksempurnaan diri sendiri
- 2) Memberikan perhatian kepada diri sendiri
- 3) Tidak menghakimi diri sendiri



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4) Tidak berfokus kepada kelemahan yang dimiliki

b. *Common Humanity*, dengan indikator sebagai berikut:

- 1) Mengakui ketidaksempurnaan yang dimiliki setiap manusia
- 2) Tidak merasa terisolasi
- 3) Tidak menyalahkan orang lain terhadap kegagalan yang dialami

c. *Mindfulness*, dengan indikator sebagai berikut:

- 1) Mampu menerima peristiwa yang baik dan buruk
- 2) Tidak mengabaikan pengalaman yang menyakitkan
- 3) Melihat situasi dengan perspektif yang lebih luas

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2015). Selanjutnya, menurut Sugiyono (2016), populasi diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau Tahun Ajaran 2020/2021 dengan jumlah populasi sebesar 1175 mahasiswa (Akademik Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau).

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2016), sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Selanjutnya, sampel adalah bagian dari populasi, karena merupakan bagian dari populasi sehingga harus



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasinya. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

Jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan rumus Krejcie dan Morgan (1970) berdasarkan populasi sebesar 1175 mahasiswa.

$$s = \frac{X^2 \cdot N \cdot P (1 - P)}{d^2 (N - 1) + X^2 \cdot P (1 - P)}$$

$$s = \frac{3,841 \cdot 1175 \cdot 0,50 (1 - 0,50)}{0,05^2 (1175 - 1) + 3,841 \cdot 0,50 (1 - 0,50)}$$

$$s = \frac{1128,29375}{3,89525}$$

$$s = 289,658$$

$$s = 290 \text{ sampel}$$

Keterangan:

s : Ukuran sampel yang dibutuhkan

X^2 : Nilai tabel *chi-square* untuk 1 *df* (*degree of freedom*) pada tingkat keyakinan yang diinginkan (3,841)

N : Ukuran populasi

P : Proporsi populasi (0.50)

d : Tingkat akurasi dinyatakan sebagai suatu proporsi (0,05)

Berdasarkan rumus penentuan jumlah sampel didapatkan bahwa sampel dalam penelitian ini berjumlah 290 mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau Tahun Ajaran 2020/2021.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *simple random sampling*. *Simple random sampling* adalah teknik sampling yang digunakan dengan penentuan sampel melalui undian terhadap populasi (Susanti, et al., 2016). Undian dilakukan untuk menentukan sampel yang akan dikenai dalam penelitian. Sampel diambil secara acak berdasarkan hasil undian yang telah dilakukan oleh daftar nama-nama sampel.

E. Teknik Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Emotional Intelligence Scale* dikembangkan Mayer dan Salovey yang direvisi menjadi 33 items oleh Schutte, et al (1998) untuk mengukur *emotional intelligence* dan *Self Compassion Scale* (SCS) yang dikembangkan oleh Neff, K (2003) untuk mengukur *self compassion*.

1. *Emotional Intelligence*

Alat yang digunakan untuk mengukur *emotional intelligence* dalam penelitian ini yaitu *Emotional Intelligence Scale* dikembangkan Mayer dan Salovey yang direvisi menjadi 33 items oleh Schutte, et al (1998). Skala ini untuk mengukur *perceiving emotions* yang terdiri dari 10 aitem, *using emotion to facilitate thought* yang terdiri dari 8 aitem, *understanding emotions* yang terdiri dari 6 aitem, dan *managing emotions* yang terdiri dari 9 aitem. Skala menggunakan format respon model likert dengan 5 alternatif jawaban yaitu angka 1 untuk Sangat Tidak Setuju, 2 untuk Tidak Setuju, 3 untuk Netral, 4 untuk Setuju, dan 5 untuk Sangat Setuju.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabel 3.1

Blue print Emotional Intelligence Scale (Sebelum Uji Coba)

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem	Jumlah
1	Perceiving emotions	Menerima emosi	15, 22, 29, 33	4
		Mengidentifikasi emosi diri sendiri	5, 9, 25, 32	4
		Mengidentifikasi emosi orang lain	18, 19	2
		Menggunakan emosi dalam penalaran	11, 16	2
2	Using emotion to facilitate thought	Menggunakan emosi dalam pengambilan keputusan	4, 13, 26	3
		Menggunakan emosi dalam komunikasi interpersonal	1, 24, 30	3
3	Understanding emotions	Memahami pesan emosional diri sendiri	6, 8, 17	3
		Memahami pesan emosional orang lain	27	1
		Memahami tindakan yang tepat terkait emosi tersebut	7, 20	2
		Mengelola emosi diri sendiri	10, 12, 23	3
4	Managing emotions	Mengelola emosi dari orang lain	2, 14, 28	3
		Membedakan emosi yang diterima	3, 21, 31	3
Total Aitem				33

Self Compassion

Alat yang digunakan untuk mengukur *self compassion* dalam penelitian ini yaitu *Self Compassion Scale* (SCS) yang dikembangkan oleh Neff (2003). Skala ini untuk mengukur *self-kindness* yang terdiri dari 10 aitem, *common*



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

humanity yang terdiri dari 8 aitem, dan *mindfulness* yang terdiri dari 8 aitem.

Skala menggunakan format respon model likert dengan 5 alternatif jawaban yaitu angka 1 untuk Hampir Tidak Pernah, 2 untuk Jarang, 3 untuk Kadang-Kadang, 4 untuk Sangat Sering, dan 5 untuk Hampir Selalu.

Tabel 3.2
Blue print Self Compassion Scale (Sebelum Uji Coba)

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	Self Kindness	Menerima ketidaksempurnaan diri sendiri	5	11, 16	3
		Memberikan perhatian kepada diri sendiri	12	8	2
		Tidak menghakimi diri sendiri	19, 26	1	3
		Tidak berfokus kepada kelemahan yang dimiliki	23	21	2
2	Common Humanity	Mengakui ketidaksempurnaan yang dimiliki setiap manusia	3, 15	18	3
		Tidak merasa terisolasi	7	4, 25	3
		Tidak menyalahkan orang lain terhadap kegagalan yang dialami	10	13	2
		Mampu menerima peristiwa yang baik dan buruk	9	2, 20	3
3	Mindfulness	Tidak mengabaikan pengalaman yang menyakitkan	22	24	2
		Melihat situasi dengan perspektif yang lebih luas	14, 17	6	3
Total Aitem					26



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

F. Uji Coba Alat Ukur

Sebelum penelitian dilakukan, alat ukur yang akan digunakan harus diujikan terlebih dahulu. Pelaksanaan uji coba alat ukur dilakukan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas dari alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian kepada subjek. Uji coba alat ukur dilakukan kepada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau berjumlah 100 orang. Pelaksanaan uji coba alat ukur dilaksanakan pada tanggal 05 Mei 2021 - 21 Mei 2021, dengan menyebarkan instrumen *try-out* menggunakan *google form* sebagai lembaran alat ukur yang disebarakan melalui media sosial kepada responden.

Alat ukur yang diuji coba adalah *Emotional Intelligence Scale* dikembangkan Mayer dan Salovey yang direvisi menjadi 33 items oleh Schutte, et al (1998) untuk mengukur *emotional intelligence* dan *Self Compassion Scale* (SCS) yang dikembangkan oleh Neff, K (2003) untuk mengukur *self compassion*. Setelah uji coba alat ukur dilaksanakan maka selanjutnya dilakukan uji reliabilitas dan daya beda aitem menggunakan bantuan aplikasi *IBM Statistical Packages for Social Sciences version 23 (SPSS 23) for Windows*.

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas mengacu pada aspek ketetapan dan kecermatan hasil pengukuran. Pengukuran dilakukan untuk mengetahui seberapa banyak suatu aspek psikologis terdapat dalam diri seseorang (Azwar, 2013). Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Menurut Azwar (2013), validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kelayakan atau relevansi isi tes melalui analisis rasional oleh panel yang berkompeten atau melalui *expert judgment*.

2. Daya Diskriminasi Aitem

Daya diskriminasi aitem merupakan sejauh mana aitem dapat membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang ingin diukur (Azwar, 2013). Pengujian keselarasan fungsi aitem dengan fungsi ukur tes dilakukan dengan menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor pada setiap aitem dengan distribusi skor total tes itu sendiri, prosedur ini yang akan menghasilkan koefisien korelasi aitem-total (r_{ix}) (Azwar, 2013).

Sebagai kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem total, biasanya digunakan batasan korelasi aitem total di atas 0,30. Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya diskriminasinya dianggap memuaskan (Azwar, 2013). Pada penelitian ini peneliti menggunakan batas korelasi aitem total 0,30. Uji daya diskriminasi aitem ini dibantu dengan menggunakan aplikasi *Statistical Packages for Social Science version 23* (SPSS 23) *for Windows*.

Pada skala *Emotional Intelligence Scale* terdapat empat aitem yang gugur yaitu aitem 1, 12, 19, dan 31 dengan koefisien korelasi aitem total kecil dari 0,30. Terdapat 29 aitem yang valid dengan koefisien korelasi aitem total dari rentang 0,367-0,618.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berikut ini blueprint *Emotional Intelligence Scale* sesudah dilakukan uji coba atau *try out*:

Tabel 3.3
Blue Print Skala Emotional Intelligence (Setelah Uji Coba)

No	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		Valid	Gugur	
1	Menerima emosi	15, 22, 29, 33	-	4
2	Mengidentifikasi emosi diri sendiri	5, 9, 25, 32	-	4
3	Mengidentifikasi emosi orang lain	18	19	2
4	Menggunakan emosi dalam penalaran	11, 16	-	2
5	Menggunakan emosi dalam pengambilan keputusan	4, 13, 26	-	3
6	Menggunakan emosi dalam komunikasi interpersonal	24, 30	1	3
7	Memahami pesan emosional diri sendiri	6, 8, 17	-	3
8	Memahami pesan emosional orang lain	27	-	1
9	Memahami tindakan yang tepat terkait emosi tersebut	7, 20	-	2
10	Mengelola emosi diri sendiri	10, 23	12	3
11	Mengelola emosi dari orang lain	2, 14, 28	-	3
12	Membedakan emosi yang diterima	3, 21	31	3
Jumah		29	4	33

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan hasil uji daya diskriminasi aitem, maka disusun kembali *blue print Emotional Intelligence Scale* (EIS) yang akan digunakan untuk penelitian.

Berikut ini *blue print Emotional Intelligence Scale* yang digunakan untuk penelitian:

Tabel 3.4
***Blue print Emotional Intelligence Scale* untuk Penelitian**

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem	Jumlah
1	Perceiving emotions	Menerima emosi	13, 19, 26, 29	4
		Mengidentifikasi emosi diri sendiri	4, 8, 22, 28	4
		Mengidentifikasi emosi orang lain	16	1
		Menggunakan emosi dalam penalaran	10, 14	2
2	Using emotion to facilitate thought	Menggunakan emosi dalam pengambilan keputusan	3, 11, 23	3
		Menggunakan emosi dalam komunikasi interpersonal	21, 71	2
3	Understanding emotions	Memahami pesan emosional diri sendiri	5, 9, 15	3
		Memahami pesan emosional orang lain	24	1
		Memahami tindakan yang tepat terkait emosi tersebut	6, 17	2
4	Managing emotions	Mengelola emosi diri sendiri	9, 20	2
		Mengelola emosi dari orang lain	1, 12, 25	3
		Membedakan emosi yang diterima	2, 18	2
Total Aitem				29

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Selanjutnya, pada skala *Self Compassion Scale* terdapat empat aitem yang gugur yaitu aitem 3, 8, 18, dan 21 dengan koefisien korelasi aitem total kecil dari 0,30. Terdapat 22 aitem yang valid dengan koefisien korelasi aitem total dari rentang 0,368-0,575. Berikut ini blueprint *Emotional Intelligence Scale* sesudah dilakukan uji coba atau *try out*:

Tabel 3.5
Blue Print Self Compassion (Setelah Uji Coba)

No	Indikator	Nomor Aitem				Jumlah
		Favorable		Unfavorable		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Menerima ketidaksempurnaan diri sendiri	5	-	11, 16	-	3
2	Memberikan perhatian kepada diri sendiri	12	-	-	8	2
3	Tidak menghakimi diri sendiri	19, 26	-	1	-	3
4	Tidak berfokus kepada kelemahan yang dimiliki	23	-	-	21	2
5	Mengakui ketidaksempurnaan yang dimiliki setiap manusia	15	3	-	18	3
6	Tidak merasa terisolasi	7	-	4, 25	-	3
7	Tidak menyalahkan orang lain terhadap kegagalan yang dialami	10	-	13	-	2
8	Mampu menerima peristiwa yang baik dan buruk	9	-	2, 20	-	3
9	Tidak mengabaikan pengalaman yang menyakitkan	22	-	24	-	2
10	Melihat situasi dengan perspektif yang lebih luas	14, 17	-	6	-	3
Jumlah		12	1	10	3	26



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Berdasarkan hasil uji daya diskriminasi aitem, maka disusun kembali *blue print Self Compassion Scale* (SCS) yang akan digunakan untuk penelitian.

Berikut ini *blue print Self Compassion Scale* yang digunakan untuk penelitian:

Tabel 3.6
Blue print Self Compassion Scale untuk Penelitian

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	Self Kindness	Menerima ketidaksempurnaan diri sendiri	4	9, 14	3
		Memberikan perhatian kepada diri sendiri	10	-	1
		Tidak menghakimi diri sendiri	16, 22	1	3
		Tidak berfokus kepada kelemahan yang dimiliki	19	-	1
2	Common Humanity	Mengakui ketidaksempurnaan yang dimiliki setiap manusia	13	-	1
		Tidak merasa terisolasi	6	3, 21	3
		Tidak menyalahkan orang lain terhadap kegagalan yang dialami	8	11	2
		Mampu menerima peristiwa yang baik dan buruk	7	2, 17	3
3	Mindfulness	Tidak mengabaikan pengalaman yang menyakitkan	18	20	2
		Melihat situasi dengan perspektif yang lebih luas	12, 15	5	3
Total Aitem					22

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3 Reliabilitas

Suatu tes dapat dikatakan sebagai memiliki reliabilitas yang tinggi dengan skor murninya sendiri. Reliabilitas didefinisikan sebagai seberapa tingginya korelasi antar skor tampak pada dua tes yang paralel (Azwar, 2013).

Koefisien reliabilitas berada dalam rentang angka dari 0 sampai dengan 1,00. Semakin koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 maka pengukuran semakin reliabel (Azwar, 2013). Dalam mengestimasi koefisien reliabilitas alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini peneliti menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* dengan menggunakan bantuan aplikasi *Statistical Packages for Social Science version 23 (SPSS 23) for Windows*. Setelah uji reliabilitas dilakukan pada data *try out*, maka didapatkan reliabilitas dari setiap skala penelitian yang digunakan adalah sebagai berikut:

Tabel 3.7
Hasil Analisis Reliabilitas

Variabel	Jumlah Aitem	<i>Cronbach's Alpha</i>
<i>Self Compassion</i>	26	0,884
<i>Emotional Intelligence</i>	33	0,919

Berdasarkan nilai *Cronbach's Alpha* pada tabel diatas, maka skala *Self Compassion* dan *Emotional Intelligence* memiliki konsistensi atau reliabilitas yang bagus sekali sehingga dapat dikatakan memiliki kelayakan dan andal dalam melakukan pengukuran *Self Compassion* dan *Emotional Intelligence*.

H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis korelasi *Pearson Product Moment* (dua variabel) menggunakan bantuan Program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 23 for windows*.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa hipotesis pada penelitian ini diterima dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Artinya, terdapat hubungan positif antara *self compassion* dengan *emotional intelligence* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Sultan Syarif Kasim Riau Tahun 2021. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi *self compassion* yang dimiliki oleh mahasiswa maka semakin tinggi pula *emotional intelligence* mahasiswa, begitu pula sebaliknya.

Terdapat sumbangan efektif sebesar 16,5 % yang berarti *self compassion* dapat menjelaskan 16,5% *emotional intelligence* pada mahasiswa, sedangkan 83,5% dijelaskan oleh faktor lainnya. Adapun gambaran mengenai tingkat *self compassion* dan *emotional intelligence* mahasiswa didapatkan sebanyak 269 mahasiswa memiliki *self compassion* pada interval sedang hingga tinggi dan 292 mahasiswa memiliki *emotional intelligence* pada interval sedang hingga tinggi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah didapatkan, peneliti memberikan beberapa saran diantaranya:

1. Mahasiswa

Kepada mahasiswa disarankan dapat meningkatkan *self compassionate* pada diri sendiri untuk meningkatkan *emotional intelligence* mahasiswa.

Dengan menerapkan *self kindness* seperti menerima kekurangan diri dan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mampu memahami permasalahan yang dialami tanpa menyakiti diri sendiri.

Mengembangkan *common humanity* dengan menyadari bahwa perasaan yang tidak menyenangkan merupakan hal yang wajar dialami semua orang.

Terakhir, mengembangkan *mindfulness* dengan menghadapi kenyataan secara positif serta tidak berfokus pada perasaan negatif.

Peneliti selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti variabel *self compassion* dan variabel *emotional intelligence* untuk mempertimbangkan kembali subjek yang akan dikenai penelitian agar hasil penelitian lebih baik dan sesuai dengan tujuan penelitian yang ingin dicapai.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Daftar Pustaka

- Agung, I. M. (2016). *Aplikasi SPSS pada Penelitian Psikologi*. Al-Mujttahadah.
- Allen, A. B., & Leary, M. R. (2010). Self-Compassion, stress, and coping. *Social and personality psychology compass*, 4(2), 107-118. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2009.00246.x>.
- Anand, P. V. (2019). Occupational stress: Relationship with emotional intelligence and coping self-efficacy. *Journal of Organisation and Human Behaviour*, 8(1), 33.
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2013). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S (2019). *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Bar-On, R. (2010). Emotional intelligence: An integral part of positive psychology. *South African Journal of Psychology*, 40(1), 54-62. <https://doi.org/10.1177/008124631004000106>.
- Castilho, P., et al. (2017). Self-compassion and emotional intelligence in adolescence: A multigroup mediational study of the impact of shame memories on depressive symptoms. *Journal of Child and Family Studies*, 26(3), 759-768. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0613-4>.
- Cheraghian, H., et. al. (2016). Self-compassion as a relationship moderator between academic burnout and mental health in students. *International Journal Academic Research in Progressive Education and Development*, 5(2), 128-38. DOI:10.6007/IJARPED/V5-I2/2131.
- Crocker, J., & Canevello, A. (2008). Creating and undermining social support in communal relationships: the role of compassionate and self-image goals. *Journal of personality and social psychology*, 95(3), 555. DOI:10.1037/0022-3514.95.3.555.
- Fernández-Berrocal, P., et. al. (2012). Gender differences in emotional intelligence: The mediating effect of age. *Behavioral Psychology*, 20(1), 77-89.
- Fong, M., & Loi, N. M. (2016). The mediating role of self-compassion in student psychological health. *Australian Psychologist*, 51(6), 431-441. DOI:10.1111/AP.12185.
- Germer, C. K., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion in clinical practice. *Journal of clinical psychology*, 69(8), 856-867. doi: 10.1002/jclp.22021.
- Goleman, D. (1996). *Emotional intelligence. Why it can matter more than IQ*. Bloomsbury Publishing Plc.
- Gunkel, M, et al. (2014). Culture's influence on emotional intelligence: An empirical study of nine countries. *Journal of International Management*, 20(2), 256-274. <https://doi.org/10.1016/j.jwb.2016.02.001>.
- Hartono. (2009). *SPSS 16.0: Analisis Data Statiska dan Penelitian Edisi ke-2*. Pustaka Pelajar.
- Hasnah, H., et al. (2018). Correlation Between Emotional Intelligence and Problem Solving Skill of Health Students of Faculty of Medicine



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Universitas Hasanuddin. *Indonesian Contemporary Nursing Journal*, 3(1), 22-30. <https://doi.org/10.20956/icon.v3i1.3602>.
- Heffernan, M., et al. (2010). Self-compassion and emotional intelligence in nurses. *International journal of nursing practice*, 16(4), 366-373. doi: 10.1111/j.1440-172X.2010.01853.x.
- Hollis-Walker, L., & Colosimo, K. (2011). Mindfulness, self-compassion, and happiness in non-meditators: A theoretical and empirical examination. *Personality and Individual differences*, 50(2), 222-227. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.09.033>.
- Kant, R. (2019). Emotional Intelligence: A Study on University Students. *Journal of Education and Learning (EduLearn)*, 13(4), 441-446. DOI: [10.11591/edulearn.v13i4.13592](https://doi.org/10.11591/edulearn.v13i4.13592).
- Keverski, L., et al. (2016). The influence of the emotional intelligence in protection of the mental health in conditions of a psychosocial stress. *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education*, 4(1), 17. Doi: [10.5937/IJCRSEE1601017K](https://doi.org/10.5937/IJCRSEE1601017K).
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30, 607-610.
- Kusuma, R. M. A. (2018). Pengaruh Self-Compassion Terhadap Kecerdasan Emosional pada Guru Sekolah Dasar Luar Biasa Negeri di Jakarta. *Doctoral Dissertation*, Universitas Negeri Jakarta.
- Lee, K. J., & Lee, S. M. (2020). The role of self-compassion in the academic stress model. *Current Psychology*, 1-10. DOI: [10.1007/s12144-020-00843-9](https://doi.org/10.1007/s12144-020-00843-9).
- Mayer, John D. (2004). "What is Emotional Intelligence?". *UNH Personality Lab*, 8. https://scholars.unh.edu/personality_lab/8.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence* 17, 433-442. [https://doi.org/10.1016/0160-2896\(93\)90010-3](https://doi.org/10.1016/0160-2896(93)90010-3).
- Mergal, B. B. C, et. al. (2019). Emotional Intelligence and Its Relationship to Stress and Transition Shock Amongst First-Year College Students. In *Abstract Proceedings International Scholars Conference*, 7(1), 54-68). DOI:10.35974/isc.v7i1.889.
- Morrison, T. (2007). Emotional intelligence, emotion and social work: Context, characteristics, complications and contribution. *The British Journal of Social Work*, 37(2), 245-263. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcl016>.
- Mufida, N. (2019). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Siswa di MTSN 2 Tulungagung. *Thesis*. IAIN Tulungagung.
- Neely, M. E., et al. (2009). Self-kindness when facing stress: The role of self-compassion, goal regulation, and support in college students' well-being. *Motivation and Emotion*, 33(1), 88-97. <https://doi.org/10.1007/s11031-008-9119-8>.
- Neff, K. D. (2003). Development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2, 223-250. <https://doi.org/10.1080/15298860309027>.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Neff, K. D. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and identity*, 2(2), 85-101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>.
- Neff, K. D. (2011). *Self-compassion: The proven power of being kind to yourself*. Harper Collins Publishers.
- Neff, K. D., Rude, S. S., & Kirkpatrick, K. L. (2007). An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. *Journal of research in personality*, 41(4), 908-916. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.08.002>.
- Neff, K. D., & Vonk, R. (2009). Self-compassion versus global self-esteem: Two different ways of relating to oneself. *Journal of personality*, 77(1), 23-50. doi: 10.1111/j.1467-6494.2008.00537.x.
- Nida, N. S. (2020). Perbedaan Regulasi Emosi pada Mahasiswa dalam Pembelajaran Jarak Jauh selama Pandemi Covid-19 Ditinjau dari Tahun Angkatan. *Doctoral Dissertation*. Universitas Negeri Jakarta.
- Pramana, Rizky Dony & Ni Wayan. S. P. (2015). Hubungan antara kecerdasan emosi dan tingkat depresi dengan ide bunuh diri pada peserta didik kelas X SMK Farmasi Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(3).
- Ramadhani, F., & Nurdibyanandaru, D. (2014). Pengaruh self-compassion terhadap kompetensi emosi remaja akhir. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 3(03), 121.
- Ramdhani, S. F., et al. (2020). Hubungan Tingkat Kecerdasan Emosi Dengan Derajat Depresi Pada Mahasiswa Kedokteran. *WACANA*, 12(1), 110-132.
- Reyes, D. (2012). Self-compassion: A concept analysis. *Journal of Holistic Nursing*, 30(2), 81-89. doi: 10.1177/0898010111423421.
- Rezapour-Mirsaleh, Y, et al. (2020). Effect of Self-Compassion Intervention Based on a Religious Perspective on the Anxiety and Quality of Life of Infertile Women: A quasi-experimental study. DOI: 10.21203/rs.3.rs-25046/v1.
- Santoso, S. (2001). *SPSS Versi 10 Mengelola Data Statistik Secara Profesional* (Cetakan Pertama). PT Alex Media Komputindo.
- Senyuva, E., et al. (2014). Relationship between self-compassion and emotional intelligence in nursing students. *International journal of nursing practice*, 20(6), 588-596. doi: 10.1111/ijn.12204.
- Setyowati, A., et al. (2010). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi pada Siswa Penghuni Rumah Damai. *Jurnal Psikologi*, 7(1), 67-77. <https://doi.org/10.14710/jpu.7.1.67-77>.
- Septiyani, D. A., & Novitasari, R. (2017). Peran self compassion terhadap kecerdasan emosi pada remaja tunadaksa. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(1). DOI: <https://doi.org/10.23917/indigenous.v2i1.4462>.
- Smeets, E., et. al. (2014). Meeting suffering with kindness: Effects of a brief self-compassion intervention for female college students. *Journal of clinical psychology*, 70(9), 794-807. doi: 10.1002/jclp.22076.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R & D*. Alfabeta.
- Susanti, et al. (2016). *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Statistik*. Al-Mujtahadah Press.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Teleb, A. A., & Al Awamleh, A. A. (2013). The relationship between self compassion and emotional intelligence for university students. *Current Research in Psychology*, 4(2), 20. doi:10.3844/crpsp.2013.20.27.
- Testa, D. (2014). An Empirical Study on the Association of Mindfulness and Emotional Intelligence to Burnout Among Counselors-in-Training. *Doctoral Dissertation*. University of Akron.
- Wiyono, A., & Nurwidawati, D. (2018). Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2017. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 5(2).
- Yahaya, A, et al. (2012). The Impact of Emotional Intelligence Element on Academic Achievement. *Archives Des Sciences*, 65(4), 2-17.
- Yunia, S. A. P., et al. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kenakalan Remaja pada Siswa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(1), 55-64. <https://doi.org/10.32584/jikj.v2i1.296>.
- Zuraida, Z. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosional Dan Dukungan Sosial Dengan Kebermaknaan Hidup Ramaja Di Panti Asuhan Al Jam'iyatul Washliyah. *Jurnal Psikologi Kognisi*, 3(1), 01-10.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN A

Lembar Validasi Skala *Self Compassion* dan Skala *Emotional Intelligence*



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lembar Validasi Alat Ukur (*Emotional Intelligence*)

Definisi Operasional

Emotional intelligence merupakan kemampuan mahasiswa dalam memahami, mengenali, dan mengendalikan emosi diri sendiri dan orang lain yang dapat membantu individu dalam mengatasi tuntutan maupun tekanan yang berasal dari lingkungannya.

Skala yang digunakan : *Emotional Intelligence Scale*

[] Buat Sendiri

[] Terjemahan

[☒] Modifikasi

3. Jumlah aitem : 33 aitem
4. Jenis format dan respon : Likert
5. Penilaian setiap butir aitem : 1 = Sangat Tidak Setuju
2 = Tidak Setuju
3 = Netral
4 = Setuju
5 = Sangat Setuju

Petunjuk

Pada bagian ini saya memohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pertanyaan/pernyataan di dalam skala ini. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian antara pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), Tidak Relevan (TR), atau Sangat Tidak Relevan (STR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan tanda *checklist* (☒) pada kolom yang disediakan.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Contoh Pengerjaan:

Pernyataan	R	KR	TR	STR
Saya tahu waktu yang tepat berbicara tentang masalah pribadi saya kepada orang lain	✓			

Keterangan: Jika Bapak/Ibu menilai pernyataan (aitem) tersebut relevan dengan indikator maka Bapak/Ibu memberi *checklist* (✓) pada R, begitu seterusnya untuk aitem-aitem selanjutnya yang tersedia.

Emotional Intelligence Scale

Aspek	Indikator	No.	Pernyataan	R	KR	TR	STR
Perceiving emotions	Menerima emosi	1	Saya berharap akan berhasil dalam banyak hal yang saya coba	✓			
		2	Beberapa peristiwa besar dalam hidup saya membuat saya mengevaluasi kembali hal yang penting dan tidak penting	✓			
		3	Adanya rasa senang dan sedih membuat hidup saya berarti	✓			
		4	Saya berharap hal-hal baik terjadi	✓			
	Mengidentifikasi emosi diri sendiri	5	Saya tahu waktu yang tepat berbicara tentang masalah pribadi saya kepada orang lain	✓			
		6	Ketika saya dihadapkan pada suatu rintangan, saya ingat saat saya menghadapi rintangan yang sama dan mengatasinya	✓			
		7	Ketika kondisi perasaan saya berubah, saya melihat kemungkinan baru	✓			
		8	Saya menyadari emosi yang saya alami	✓			
	Mengidentifikasi	9	Orang lain mudah untuk	✓			



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Using emotion to facilitate thought	sikan emosi orang lain		curhat kepada saya				
		10	Saya merasa sulit untuk memahami pesan non-verbal orang lain	✓			
	Menggunakan emosi dalam penalaran	11	Saya membuat sesuatu yang membuat orang lain senang	✓			
		12	Saya sadar setiap perasaan yang saya tunjukkan ke orang lain	✓			
	Menggunakan emosi dalam pengambilan keputusan	13	Ketika saya mengalami emosi positif, saya tahu cara mempertahankannya	✓			
		14	Saya mencari aktivitas yang membuat saya bahagia	✓			
		15	Ketika saya memiliki perasaan yang positif, saya mudah untuk memecahkan masalah	✓			
	Menggunakan emosi dalam komunikasi interpersonal	16	Saya suka berbagi perasaan dengan orang lain	✓			
		17	Saya menampilkan diri saya dengan cara memberikan kesan baik kepada orang lain	✓			
		18	Dengan melihat ekspresi wajah orang lain, saya mengenali emosi yang dialaminya	✓			
Understanding emotions	Memahami pesan emosional diri sendiri	19	Saya mengetahui sebab emosi saya berubah	✓			
		20	Saya memiliki kendali atas emosi saya	✓			
		21	Saya dengan mudah mengenali perasaan apa yang sedang saya alami	✓			
	Memahami pesan emosional orang lain	22	Saya memuji orang lain ketika mereka telah melakukan hal baik	✓			



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Managing emotions	Memahami tindakan yang tepat terkait emosi tersebut	23	Ketika saya merasakan perubahan emosi, saya mendapatkan pemikiran baru	✓			
		24	Saya memotivasi diri sendiri dengan membayangkan hasil yang baik untuk tugas yang saya kerjakan	✓			
	Mengelola emosi diri sendiri	25	Ketika saya merasakan perubahan emosi, saya cenderung memunculkan ide-ide baru	✓			
		26	Ketika saya dihadapkan pada suatu tantangan, saya menyerah karena yakin saya akan gagal	✓			
		27	Saya menggunakan suasana hati yang baik untuk membantu diri saya sendiri dalam menghadapi rintangan	✓			
	Mengelola emosi dari orang lain	28	Saya mengetahui arti dari perasaan yang diperlihatkan orang lain	✓			
		29	Saya mengetahui hal-hal yang orang lain rasakan dengan melihat mereka	✓			
		30	Saya bisa mengetahui perasaan orang lain dengan mendengarkan nada suara mereka	✓			
	Membedakan emosi yang diterima	31	Ketika orang lain memberi tahu saya mengenai peristiwa penting dalam hidupnya, saya merasa seolah-oleh mengalami sendiri peristiwa itu	✓			
		32	Saya membantu orang lain untuk merasa lebih baik ketika mereka	✓			



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

			sedang terpuruk				
		33	Saya sulit untuk memahami alasan orang lain merasakan hal seperti itu	✓			

Catatan:

1. Isi (kesesuaian dengan indikator)

Cukup sesuai & indikator

2. Bahasa

Cukup bisa difahami

3. Jumlah aitem

Cukup mewakili

Pekanbaru, 4 Mei 2024

Validator,

Dr. Vivik Shofiah, M.Si.

NIP. 19761015 200501 2 004

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Lembar Validasi Alat Ukur

(Self Compassion)

Definisi Operasional

Self compassion merupakan kemampuan mahasiswa untuk mengenali rasa sakit yang dialami diri sendiri maupun orang lain dan tidak menghakimi maupun memutuskan hubungan atas penderitaan-penderitaan yang pernah dialaminya, serta memiliki keinginan untuk memberikan kebaikan atas penderitaan yang telah terjadi pada hidupnya.

2. Skala yang digunakan : *Self Compassion Scale (SCS)*
☐ Buat Sendiri
☐ Terjemahan
☒ Modifikasi
3. Jumlah aitem : 26 aitem
4. Jenis format dan respon : *Likert*
5. Penilaian setiap butir aitem : 1 = Hampir Tidak Pernah
2 = Jarang
3 = Kadang- Kadang
4 = Sangat Sering
5 = Hampir Selalu

6. Petunjuk

Pada bagian ini saya memohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pertanyaan/ Pernyataan di dalam skala ini. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian antara pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), Tidak Relevan (TR), atau Sangat Tidak Relevan (STR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang disediakan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Contoh Pengerjaan:

Pernyataan	R	KR	TR	STR
Saya mencoba mencintai diri sendiri ketika saya merasakan sakit secara emosional				√

Keterangan: Jika Bapak/Ibu menilai pernyataan (aitem) tersebut relevan dengan indikator maka Bapak/Ibu memberi *checklist* (√) pada R, begitu seterusnya untuk aitem-aitem selanjutnya yang tersedia.

Self Compassion Scale (SCS)

Aspek	Indikator	No.	Pernyataan	R	KR	TR	STR
Self kindness	Menerima ketidaksempurnaan diri sendiri	1	Saya mencoba mencintai diri sendiri ketika saya merasakan sakit secara emosional (F)	√			
		2	Saya tidak mentoleransi dan tidak sabar terhadap aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai (UF)	√			
		3	Ketika melihat aspek dalam diri saya yang tidak disukai, saya frustrasi dengan diri sendiri (UF)	√			
	Memberikan perhatian kepada diri sendiri	4	Ketika saya mengalami hal yang sulit, saya memberikan perhatian lebih terhadap apa yang saya butuhkan (F)	√			
		5	Ketika merasa sulit, saya cenderung keras terhadap diri sendiri (UF)	√			
	Tidak menghakimi diri sendiri	6	Saya baik kepada diri sendiri ketika mengalami penderitaan (F)	√			
		7	Saya mencoba untuk memahami dan bersabar terhadap aspek	√			



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

			kepribadian saya yang tidak saya sukai (F)				
		8	Saya tidak setuju dan menghakimi kelemahan dan kekurangan diri sendiri (UF)	✓			
		Tidak berfokus kepada kelemahan yang dimiliki	9	Saya mentoleransi kesalahan dan kekurangan diri sendiri (F)	✓		
	Common humanity		10	Saya bisa berhati dingin terhadap diri saya sendiri ketika mengalami penderitaan (UF)	✓		
		Mengakui ketidaksempurnaan yang dimiliki setiap manusia	11	Ketika terjadi sesuatu buruk, saya melihat kesulitan sebagai bagian dari kehidupan yang dialami setiap orang (F)	✓		
			12	Saya mencoba melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi manusia (F)	✓		
			13	Ketika saya berjuang, saya cenderung merasa orang lain mudah untuk melakukannya (UF)	✓		
		Tidak merasa terisolasi	14	Ketika saya putus asa, saya mengingatkan diri saya bahwa banyak orang lain yang merasa seperti saya (F)	✓		
			15	Ketika saya memikirkan tentang kekurangan saya, membuat saya merasa terasingkan dari dunia (UF)	✓		
			16	Ketika saya gagal pada	✓		



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

			sesuatu yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendirian dalam kegagalan saya (UF)				
	Tidak menyalahkan orang lain terhadap kegagalan yang dialami	17	Ketika saya merasa tidak mampu dalam suatu hal, saya mencoba mengingatkan diri sendiri bahwa perasaan tidak mampu dimiliki oleh banyak orang (F)	✓			
		18	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain lebih bahagia daripada saya (UF)	✓			
Mindfulness	Mampu menerima peristiwa yang baik dan buruk	19	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya mencoba untuk menjaga emosi tetap stabil (F)	✓			
		20	Ketika saya sedih, saya cenderung terpaku pada segala hal yang salah (UF)	✓			
		21	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya terbawa perasaan (UF)	✓			
	Tidak mengabaikan pengalaman yang menyakitkan	22	Ketika saya sedih, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan terbuka (F)	✓			
		23	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi saya cenderung membesarkan kejadian itu (UF)	✓			
	Melihat situasi	24	Ketika sesuatu yang	✓			



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	dengan perspektif yang lebih luas		menyakitkan terjadi, saya melihat hal lain dari peristiwa tersebut (F)				
		25	Ketika saya gagal pada sesuatu yang penting, saya mencoba untuk berpikir jernih (F)	✓			
		26	Ketika saya gagal dalam sesuatu yang penting, saya menjadi tidak mampu (UF)	✓			

Catatan:

1. Isi (kesesuaian dengan indikator)

.....
 cukup sesuai & indikator

2. Bahasa

.....
 cukup mudah dipahami

3. Jumlah aitem

.....
 cukup mewakili

Pekanbaru, 4 Mei 2021

Validator,

Dr. Vivik Shofiah, M.Si.

NIP. 19761015 200501 2 004



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lembar Validasi Alat Ukur (Emotional Intelligence)

Definisi Operasional

Emotional intelligence merupakan kemampuan mahasiswa dalam memahami, mengenali, dan mengendalikan emosi diri sendiri dan orang lain yang dapat membantu individu dalam mengatasi tuntutan maupun tekanan yang berasal dari lingkungannya.

Skala yang digunakan : *Emotional Intelligence Scale*

[] Buat Sendiri

[] Terjemahan

[☒] Modifikasi

3. Jumlah aitem : 33 aitem
4. Jenis format dan respon : Likert
5. Penilaian setiap butir aitem :
 - 1 = Sangat Tidak Setuju
 - 2 = Tidak Setuju
 - 3 = Netral
 - 4 = Setuju
 - 5 = Sangat Setuju

Petunjuk

Pada bagian ini saya memohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pertanyaan/pernyataan di dalam skala ini. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian antara pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), Tidak Relevan (TR), atau Sangat Tidak Relevan (STR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan tanda *checklist* (☒) pada kolom yang disediakan.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Contoh Pengerjaan:

Pernyataan	R	KR	TR	STR
Saya tahu waktu yang tepat berbicara tentang masalah pribadi saya kepada orang lain	✓			

Keterangan: Jika Bapak/Ibu menilai pernyataan (aitem) tersebut relevan dengan indikator maka Bapak/Ibu memberi *checklist* (✓) pada R, begitu seterusnya untuk aitem-aitem selanjutnya yang tersedia.

Emotional Intelligence Scale

Aspek	Indikator	No.	Pernyataan	R	KR	TR	STR
Perceiving emotions	Menerima emosi	1	Saya berharap akan berhasil dalam banyak hal yang saya coba	✓			
		2	Beberapa peristiwa besar dalam hidup saya membuat saya mengevaluasi kembali hal yang penting dan tidak penting	✓			
		3	Adanya rasa senang dan sedih membuat hidup saya berarti	✓			
		4	Saya berharap hal-hal baik terjadi	✓			
	Mengidentifikasi emosi diri sendiri	5	Saya tahu waktu yang tepat berbicara tentang masalah pribadi saya kepada orang lain	✓			
		6	Ketika saya dihadapkan pada suatu rintangan, saya ingat saat saya menghadapi rintangan yang sama dan mengatasinya	✓			
		7	Ketika kondisi perasaan saya berubah, saya melihat kemungkinan baru	✓			
		8	Saya menyadari emosi yang saya alami	✓			
	Mengidentifikasi	9	Orang lain mudah untuk	✓			



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Using emotion to facilitate thought	sikan emosi orang lain		curhat kepada saya				
		10	Saya merasa sulit untuk memahami pesan non-verbal orang lain	✓			
	Menggunakan emosi dalam penalaran	11	Saya membuat sesuatu yang membuat orang lain senang	✓			
		12	Saya sadar setiap perasaan yang saya tunjukkan ke orang lain	✓			
	Menggunakan emosi dalam pengambilan keputusan	13	Ketika saya mengalami emosi positif, saya tahu cara mempertahankannya	✓			
		14	Saya mencari aktivitas yang membuat saya bahagia	✓			
		15	Ketika saya memiliki perasaan yang positif, saya mudah untuk memecahkan masalah	✓			
	Menggunakan emosi dalam komunikasi interpersonal	16	Saya suka berbagi perasaan dengan orang lain	✓			
		17	Saya menampilkan diri saya dengan cara memberikan kesan baik kepada orang lain	✓			
		18	Dengan melihat ekspresi wajah orang lain, saya mengenali emosi yang dialaminya	✓			
Understanding emotions	Memahami pesan emosional diri sendiri	19	Saya mengetahui sebab emosi saya berubah	✓			
		20	Saya memiliki kendali atas emosi saya	✓			
		21	Saya dengan mudah mengenali perasaan apa yang sedang saya alami	✓			
	Memahami pesan emosional orang lain	22	Saya memuji orang lain ketika mereka telah melakukan hal baik	✓			



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Managing emotions	Memahami tindakan yang tepat terkait emosi tersebut	23	Ketika saya merasakan perubahan emosi, saya mendapatkan pemikiran baru	✓			
		24	Saya memotivasi diri sendiri dengan membayangkan hasil yang baik untuk tugas yang saya kerjakan	✓			
	Mengelola emosi diri sendiri	25	Ketika saya merasakan perubahan emosi, saya cenderung memunculkan ide-ide baru	✓			
		26	Ketika saya dihadapkan pada suatu tantangan, saya menyerah karena yakin saya akan gagal	✓			
		27	Saya menggunakan suasana hati yang baik untuk membantu diri saya sendiri dalam menghadapi rintangan	✓			
	Mengelola emosi dari orang lain	28	Saya mengetahui arti dari perasaan yang diperlihatkan orang lain	✓			
		29	Saya mengetahui hal-hal yang orang lain rasakan dengan melihat mereka	✓			
		30	Saya bisa mengetahui perasaan orang lain dengan mendengarkan nada suara mereka	✓			
	Membedakan emosi yang diterima	31	Ketika orang lain memberi tahu saya mengenai peristiwa penting dalam hidupnya, saya merasa seolah-oleh mengalami sendiri peristiwa itu	✓			
		32	Saya membantu orang lain untuk merasa lebih baik ketika mereka	✓			



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

			sedang terpuruk				
		33	Saya sulit untuk memahami alasan orang lain merasakan hal seperti itu	✓			

Catatan:

1. Isi (kesesuaian dengan indikator)

Gkup

2. Bahasa

Gkup

3. Jumlah aitem

Gkup

Pekanbaru, 04 Mei 2021

Validator,

Desma Husni. S.Pd.I, S.Psi., M.A.

NIP : 19781228 200604 2 002

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lembar Validasi Alat Ukur
(Self Compassion)

Definisi Operasional

Self compassion merupakan kemampuan mahasiswa untuk mengenali rasa sakit yang dialami diri sendiri maupun orang lain dan tidak menghakimi maupun memutuskan hubungan atas penderitaan-penderitaan yang pernah dialaminya, serta memiliki keinginan untuk memberikan kebaikan atas penderitaan yang telah terjadi pada hidupnya.

3. Skala yang digunakan : *Self Compassion Scale (SCS)*
 - [] Buat Sendiri
 - [] Terjemahan
 - [√] Modifikasi
4. Jumlah aitem : 26 aitem
5. Jenis format dan respon : *Likert*
6. Penilaian setiap butir aitem :
 - 1 = Hampir Tidak Pernah
 - 2 = Jarang
 - 3 = Kadang- Kadang
 - 4 = Sangat Sering
 - 5 = Hampir Selalu

6. Petunjuk

Pada bagian ini saya memohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pertanyaan/ Pernyataan di dalam skala ini. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian antara pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), Tidak Relevan (TR), atau Sangat Tidak Relevan (STR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan tanda *checklist* (√) pada kolom yang disediakan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Contoh Pengerjaan:

Pernyataan	R	KR	TR	STR
Saya mencoba mencintai diri sendiri ketika saya merasakan sakit secara emosional				√

Keterangan: Jika Bapak/Ibu menilai pernyataan (aitem) tersebut relevan dengan indikator maka Bapak/Ibu memberi *checklist* (√) pada R, begitu seterusnya untuk aitem-aitem selanjutnya yang tersedia.

Self Compassion Scale (SCS)

Aspek	Indikator	No.	Pernyataan	R	KR	TR	STR
Self kindness	Menerima ketidaksempurnaan diri sendiri	1	Saya mencoba mencintai diri sendiri ketika saya merasakan sakit secara emosional (F)	√			
		2	Saya tidak mentoleransi dan tidak sabar terhadap aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai (UF)	√			
		3	Ketika melihat aspek dalam diri saya yang tidak disukai, saya frustrasi dengan diri sendiri (UF)	√			
	Memberikan perhatian kepada diri sendiri	4	Ketika saya mengalami hal yang sulit, saya memberikan perhatian lebih terhadap apa yang saya butuhkan (F)	√			
		5	Ketika merasa sulit, saya cenderung keras terhadap diri sendiri (UF)	√			
	Tidak menghakimi diri sendiri	6	Saya baik kepada diri sendiri ketika mengalami penderitaan (F)	√			
		7	Saya mencoba untuk memahami dan bersabar terhadap aspek	√			



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	Tidak berfokus kepada kelemahan yang dimiliki		kepribadian saya yang tidak saya sukai (F)				
		8	Saya tidak setuju dan menghakimi kelemahan dan kekurangan diri sendiri (UF)	✓			
		9	Saya mentoleransi kesalahan dan kekurangan diri sendiri (F)	✓			
	Common humanity	10	Saya bisa berhati dingin terhadap diri saya sendiri ketika mengalami penderitaan (UF)	✓			
		11	Ketika terjadi sesuatu buruk, saya melihat kesulitan sebagai bagian dari kehidupan yang dialami setiap orang (F)	✓			
		12	Saya mencoba melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi manusia (F)	✓			
		13	Ketika saya berjuang, saya cenderung merasa orang lain mudah untuk melakukannya (UF)	✓			
	Tidak merasa terisolasi	14	Ketika saya putus asa, saya mengingatkan diri saya bahwa banyak orang lain yang merasa seperti saya (F)	✓			
		15	Ketika saya memikirkan tentang kekurangan saya, membuat saya merasa terasingkan dari dunia (UF)	✓			
		16	Ketika saya gagal pada	✓			



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

			sesuatu yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendirian dalam kegagalan saya (UF)				
	Tidak menyalahkan orang lain terhadap kegagalan yang dialami	17	Ketika saya merasa tidak mampu dalam suatu hal, saya mencoba mengingatkan diri sendiri bahwa perasaan tidak mampu dimiliki oleh banyak orang (F)	✓			
		18	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain lebih bahagia daripada saya (UF)	✓			
Mindfulness	Mampu menerima peristiwa yang baik dan buruk	19	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya mencoba untuk menjaga emosi tetap stabil (F)	✓			
		20	Ketika saya sedih, saya cenderung terpaku pada segala hal yang salah (UF)	✓			
		21	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya terbawa perasaan (UF)	✓			
	Tidak mengabaikan pengalaman yang menyakitkan	22	Ketika saya sedih, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan terbuka (F)	✓			
		23	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi saya cenderung membesarkan kejadian itu (UF)	✓			
	Melihat situasi	24	Ketika sesuatu yang	✓			



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	dengan perspektif yang lebih luas		menyakitkan terjadi, saya melihat hal lain dari peristiwa tersebut (F)				
		25	Ketika saya gagal pada sesuatu yang penting, saya mencoba untuk berpikir jernih (F)	✓			
		26	Ketika saya gagal dalam sesuatu yang penting, saya menjadi tidak mampu (UF)	✓			

catatan:

1. Isi (kesesuaian dengan indikator)

Cukup

2. Bahasa

Cukup

3. Jumlah aitem

Cukup

Pekanbaru, 04 Mei 2021

Validator,

Desma Husni, S.Pd.I, S.Psi., M.A.

NIP : 19781228 200604 2 002

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN B

Skala Try Out

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

INSTRUMEN PENELITIAN

IDENTITAS DIRI

Nama/Inisial :

Jenis Kelamin : P / LK

Usia :

Asal Daerah :

Semester :

Assalammualiakum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Saya Wiwit Agustina Ningsih mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau sedang melakukan penelitian. Saya memohon kesediaan saudara untuk mengisi instrumen penelitian ini. Diharapkan kepada saudara untuk memba petunjuk pengisian sebelum memberikan respon jawaban. Seluruh identitas saudara dijamin kerahasiaanya oleh peneliti dan hanya digunakan untuk penelitian. Saya ucapkan terima kasih atas kerjasama dan waktu saudara dalam mengisi instrumen penelitian ini.

Hormat saya,

Wiwit Agustina Ningsih

UIN SUSKA RIAU

SKALA A

Petunjuk Pengerjaan:

Bacalah setiap pernyataan berikut dengan teliti. Saudara diminta memilih salah satu alternative jawaban yang paling sesuai dengan diri saudara dengan memberikan tanda *checklist* (✓) pada jawaban tersebut.

STS : Sangat Tidak Setuju

TS : Tidak Setuju

N : Netral

S : Setuju

SS : Sangat Setuju

Contoh Pengerjaan:

NO	PERNYATAAN	STS	TS	N	S	SS
1	Saya suka berbagi perasaan dengan orang lain					✓

NO	PERNYATAAN	STS	TS	N	S	SS
1	Saya suka berbagi perasaan dengan orang lain					
2	Saya mengetahui pesan non-verbal yang disampaikan orang lain					
3	Ketika orang lain memberi tahu saya mengenai peristiwa penting dalam hidupnya, saya mersa seolah-oleh mengalami sendiri peristiwa itu					
4	Ketika saya mengalami emosi positif, saya tahu cara untuk membuatnya bertahan					
5	Saya tahu waktu yang tepat berbicara tentang masalah pribadi saya kepada orang lain					
6	Saya mengetahui alasan emosi saya berubah					
7	Ketika saya memiliki perasaan yang positif, saya bisa mendapatkan ide-ide baru					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

8	Saya memiliki kendali atas emosi saya					
9	Ketika saya dihadapkan pada suatu rintangan, saya ingat saat saya menghadapi rintangan yang sama dan mengatasinya					
10	Ketika saya merasakan perubahan emosi, saya cenderung memunculkan ide-ide baru					
11	Saya mengatur acara yang disukai orang lain					
12	Ketika saya dihadapkan pada suatu tantangan, saya menyerah karena yakin saya akan gagal					
13	Saya mencari aktivitas yang membuat saya bahagia					
14	Saya mengetahui hal-hal yang orang lain rasakan dengan melihat mereka					
15	Saya berharap akan berhasil dalam banyak hal yang saya coba					
16	Saya menyadari pesan non-verbal yang saya sampaikan ke orang lain					
17	Saya dengan mudah mengenali emosi saya saat mengalaminya					
18	Orang lain mudah untuk curhat kepada saya					
19	Saya merasa sulit untuk memahami pesan non-verbal orang lain					
20	Saya memotivasi diri sendiri dengan membayangkan hasil yang baik untuk tugas yang saya kerjakan					
21	Saya membantu orang lain merasa lebih baik ketika mereka sedang terpuruk					
22	Beberapa peristiwa besar dalam hidup saya membuat saya mengevaluasi kembali hal yang penting dan tidak penting					
23	Saya menggunakan suasana hati yang baik untuk membantu diri saya sendiri dalam menghadapi rintangan					
24	Saya menampilkan diri saya dengan cara memberikan kesan baik kepada orang lain					
25	Ketika kondisi perasaan saya berubah, saya melihat kemungkinan baru					
26	Ketika saya memiliki perasaan yang positif, saya mudah untuk memecahkan masalah					
27	Saya memuji orang lain ketika mereka telah melakukan sesuatu dengan baik					
28	Saya bisa mengetahui perasaan orang lain dengan mendengarkan nada suara mereka					
29	Emosi merupakan salah satu hal yang membuat hidup saya layak dijalani					

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

30	Dengan melihat ekspresi wajah orang lain, saya mengenali emosi yang dialaminya					
31	Saya sulit untuk memahami alasan seseorang merasakan hal seperti itu					
32	Saya menyadari emosi saya saat mengalaminya					
33	Saya berharap hal-hal baik terjadi					

SKALA B

Petunjuk Pengerjaan:

Bacalah setiap pernyataan berikut dengan teliti. Saudara diminta memilih salah satu alternative jawaban yang paling sesuai dengan diri saudara dengan memberikan tanda *checklist* (✓) pada jawaban tersebut.

HTP : Hampir Tidak Pernah

J : Jarang

KD : Kadang-Kadang

SS : Sangat Sering

HS : Hampir Selalu

Contoh Pengerjaan:

NO	PERNYATAAN	HTP	J	KD	SS	HS
1	Saya tidak setuju dan menghakimi kelemahan dan kekurangan diri sendiri		✓			

NO	PERNYATAAN	HTP	J	KD	SS	HS
1	Saya tidak setuju dan menghakimi kelemahan dan kekurangan diri sendiri					
2	Ketika saya sedih, saya cenderung terpaku pada segala hal yang salah					
3	Ketika terjadi sesuatu buruk, saya melihat kesulitan sebagai bagian dari kehidupan yang dialami setiap orang					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

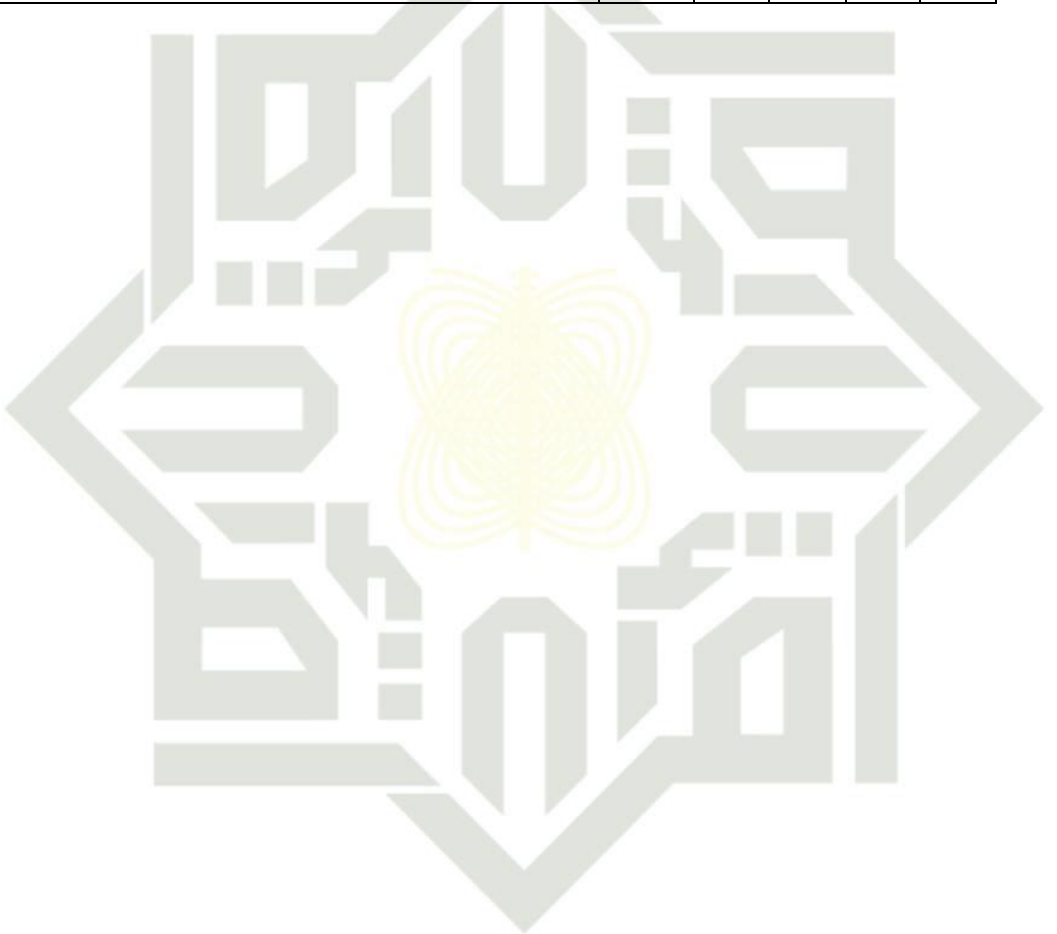
4	Ketika saya memikirkan tentang kekurangan saya, membuat saya merasa terasingkan dari dunia					
5	Saya mencoba mencintai diri sendiri ketika saya merasakan sakit secara emosional					
6	Ketika saya gagal dalam sesuatu yang penting, saya menjadi tidak mampu					
7	Ketika saya putus asa, saya mengingatkan diri saya bahwa banyak orang lain yang merasa seperti saya					
8	Ketika merasa sulit, saya cenderung keras terhadap diri sendiri					
9	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya mencoba untuk menjaga emosi tetap stabil					
10	Ketika saya merasa tidak mampu dalam suatu hal, saya mencoba mengingatkan diri sendiri bahwa perasaan tidak mampu dimiliki oleh banyak orang					
11	Saya tidak mentoleransi dan tidak sabar terhadap aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai					
12	Ketika saya mengalami waktu yang sulit, saya memberikan perhatian dan kelembutan yang saya butuhkan					
13	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain lebih bahagia daripada saya					
14	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk tetap seimbang dari situasi tersebut.					
15	Saya mencoba melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi manusia					
16	Ketika melihat aspek dalam diri saya yang tidak disukai, saya frustrasi dengan diri sendiri					
17	Ketika saya gagal pada sesuatu yang penting bagi saya, saya mencoba menjaganya					
18	Ketika saya berjuang, saya cenderung merasa orang lain mudah untuk melakukannya					
19	Saya baik kepada diri sendiri ketika mengalami penderitaan					
20	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya terbawa perasaan					
21	Saya bisa berhati dingin terhadap diri saya sendiri ketika mengalami penderitaan.					
22	Ketika saya sedih, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan terbuka					
23	Saya mentoleransi kesalahan dan kekurangan diri					



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	sendiri					
24	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi saya cenderung membesarkan kejadian itu					
25	Ketika saya gagal pada sesuatu yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendirian dalam kegagalan saya					
26	Saya mencoba untuk memahami dan bersabar terhadap aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai					



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN C

Tabulasi Data Try Out

Tabulasi Data Try Out Skala Self Compassion

Subjek	Aitem																									
1	4	5	4	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26			
2	3	4	4	5	5	4	4	5	3	3	4	4	5	4	3	2	2	2	4	5	4	3	4			
3	5	4	4	3	3	4	3	5	5	4	4	3	5	5	1	4	3	3	3	4	3	4	5			
4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	2	3	4	4	2	2	4			
5	3	4	3	5	3	4	5	3	4	4	4	4	5	4	3	5	3	3	4	4	4	4	5			
6	3	4	4	5	3	2	5	4	4	5	4	5	3	4	4	4	2	3	3	4	4	2	4			
7	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	2	3	3	3	2	4	1	4	5	4	4	4	3			
8	3	5	3	4	3	3	4	4	5	4	4	5	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4			
9	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3			
10	3	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3			
11	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	5	4	3	4	3	3	3	3	5	5	3			
12	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3			
13	2	2	2	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	1	4	1	2	4	2	2	2	3			
14	5	3	4	2	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	2	2	4	5	3	5	4	1			
15	3	4	3	3	2	4	3	4	3	2	3	3	5	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4			
16	4	5	4	5	3	4	5	4	5	4	4	5	5	3	3	4	3	4	5	4	4	4	5			
17	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	3	1	5	5	5	5	5			
18	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	4	4	2	2	2	4	3	3	2	3			
19	1	4	4	4	2	4	4	3	3	2	4	4	1	4	2	4	2	2	3	3	4	2	3			
20	5	4	4	4	4	5	5	4	5	4	5	5	5	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4			
21	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3			
22	2	4	5	3	4	4	4	5	3	4	4	4	5	4	3	4	2	5	3	4	3	2	4			
23	4	3	4	3	2	5	4	3	4	3	4	4	3	5	2	4	3	3	3	3	3	3	3			
24	1	4	2	5	3	4	4	3	3	2	4	4	3	3	2	4	2	2	4	4	2	2	4			

25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	5	3	3
26	4	3	2	4	3	4	3	2	3	3	5	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4
27	5	5	3	5	5	4	5	3	5	5	5	5	3	4	3	4	3	4	5	5	4	3	5
28	4	5	4	3	4	4	5	4	4	4	5	4	3	4	3	4	3	5	4	5	4	4	4
29	3	3	3	1	4	5	3	4	4	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4
30	3	5	3	3	3	3	3	4	3	4	4	2	4	2	4	2	2	4	4	3	4	3	3
31	3	5	4	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	3	5	3	1	5	5	4	3	5	5
32	3	4	4	4	3	2	3	3	4	4	5	4	4	4	4	2	3	3	4	3	4	4	4
33	5	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
34	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	2	3	3	4
35	5	4	5	4	5	4	4	5	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4
36	2	4	3	2	3	3	3	2	3	2	3	4	2	3	2	3	2	2	3	3	4	2	3
37	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	1	5	5	5	5	1	5	5	5	5	3	5	5
38	3	5	3	3	2	5	4	4	2	3	4	3	4	2	4	3	2	2	4	4	3	4	4
39	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	2	4	3	3	4	2	3	3	3	2	4	3
40	2	3	1	3	3	3	3	4	1	1	3	3	2	2	3	3	1	3	2	2	3	1	4
41	4	5	3	4	4	4	4	3	1	3	2	3	4	4	1	5	1	3	3	3	4	3	3
42	2	3	1	3	1	3	3	1	4	2	3	3	2	2	3	2	3	4	3	2	4	2	3
43	4	5	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	1	5	1	1	4	4	2	3	4
44	2	3	4	4	5	3	4	3	3	2	4	2	3	4	4	1	2	5	2	5	3	3	2
45	4	4	4	4	5	3	4	5	3	4	4	4	5	4	3	4	2	2	4	4	3	3	4
46	3	4	3	3	2	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
47	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4
48	3	4	3	4	3	4	2	4	1	3	3	4	3	4	2	2	2	4	4	3	2	2	2
49	5	5	3	3	2	3	2	3	4	2	3	4	3	2	2	5	2	3	3	4	2	2	3
50	3	4	5	5	4	5	5	3	4	3	3	5	3	5	1	5	1	3	3	5	4	1	5
51	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	2	4	2	2	4	4	3	2	4
52	3	4	3	3	4	3	3	5	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	4	4	3	4

53	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	5	4	3	1	2	4	3	4	5	4	3
54	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3
55	4	4	3	3	3	3	3	4	2	4	4	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3
56	4	4	4	4	1	5	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4
57	1	4	4	4	1	4	3	1	4	1	4	4	1	4	2	4	3	2	3	2	2	3
58	3	3	3	3	3	1	2	3	2	5	1	3	2	3	2	2	5	1	3	4	2	4
59	3	5	3	5	4	2	5	5	3	4	3	5	5	3	4	3	3	2	4	5	3	4
60	4	5	4	5	4	3	4	4	4	4	4	3	4	5	4	2	4	3	4	4	3	2
61	2	3	2	3	2	5	3	1	5	3	1	4	4	4	5	2	1	2	3	4	5	4
62	3	3	3	3	4	3	2	4	3	5	3	1	3	3	4	3	4	3	3	4	2	1
63	3	4	3	4	4	3	4	4	2	4	1	4	4	3	4	2	2	2	4	3	4	3
64	3	3	3	3	2	4	2	4	4	2	4	2	3	4	3	3	2	4	2	2	3	3
65	2	4	3	3	1	4	4	4	1	5	3	5	3	4	4	1	3	1	3	5	5	3
66	4	5	4	4	3	4	2	4	5	3	3	4	4	5	3	3	3	4	4	5	4	5
67	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5	4	4	3	3	4	4	4	5	4
68	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	2	3	3	4	3	2	4	3	3	2	3	5
69	4	4	4	4	3	4	4	5	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3
70	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	5	2	4	4	4	3
71	3	4	4	4	4	1	4	3	4	4	3	4	3	4	4	2	2	3	3	4	4	3
72	3	3	3	3	5	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	2	3	3	4	4	3	3
73	5	4	4	4	3	5	4	3	5	4	4	3	4	5	4	3	4	3	5	3	4	5
74	3	1	4	4	5	3	3	4	3	4	5	4	4	3	4	3	3	2	4	5	3	5
75	3	2	5	4	3	3	4	2	2	4	1	4	2	3	4	2	2	2	2	4	3	3
76	3	1	3	3	3	3	2	2	3	2	1	2	3	2	3	2	1	1	4	3	2	4
77	4	3	3	3	4	2	2	4	3	4	3	3	4	4	5	4	4	3	2	4	3	3
78	3	3	3	3	2	4	3	2	4	3	2	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	4
79	3	3	2	4	3	2	3	4	3	4	2	3	3	4	4	2	4	3	3	3	3	4
80	3	3	3	3	4	2	4	4	3	2	3	3	4	4	4	3	2	2	3	3	4	3

81	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4
82	2	2	2	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	4	2	1	3	3	3	2	3	3
83	4	4	5	3	4	3	5	5	4	3	5	4	4	3	3	3	3	3	5	4	3	4
84	4	5	5	2	4	5	3	4	5	3	5	4	4	5	5	5	3	3	4	5	5	5
85	2	4	4	3	4	3	2	2	3	3	3	3	4	4	4	1	3	3	3	3	5	4
86	2	4	4	2	1	5	2	3	4	3	5	5	3	5	4	3	3	4	5	4	3	3
87	1	5	1	5	2	5	2	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	5	5	1	2	4
88	2	3	2	3	2	3	2	4	3	4	2	2	3	3	2	2	3	4	2	2	3	2
89	3	4	4	4	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	3	4	4	3	3	3
90	5	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	5	2	4	2	4	3	5
91	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3
92	3	3	4	4	2	2	2	4	3	3	4	4	4	3	2	3	2	3	3	5	3	3
93	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3
94	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3
95	5	3	4	2	4	4	3	4	4	5	4	3	4	5	4	3	4	3	4	4	4	2
96	4	5	3	4	3	4	4	3	4	2	3	2	2	3	2	4	1	3	4	3	4	5
97	3	2	5	2	5	3	2	5	1	2	3	3	5	4	2	1	2	5	2	3	5	2
98	3	4	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3
99	3	4	2	1	5	2	3	3	3	3	3	5	4	4	3	3	3	5	5	5	2	3
100	3	2	3	2	2	3	4	3	4	2	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3

Tabulasi Data Try Out Skala *Emotional Intelligence*

Subjek	Aitem																																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	
1	3	4	4	3							4	1	5	4	5	4	3	4	3	5	5	4	3	4	3	5	5	5	5	4	3	4	5	
2	4	4	4	5							4	2	4	3	5	4	4	4	2	5	4	4	4	5	3	4	4	4	4	4	3	4	5	
3	4	4	4	4							3	2	5	4	4	4	3	5	3	4	5	5	4	3	3	5	5	4	5	3	2	4	5	
4	5	4	3	4							4	1	5	3	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	3	5	5	4	3	3	3	5	5	
5	1	4	4	4							3	2	4	4	4	5	5	3	2	5	3	5	4	5	4	4	3	5	5	4	2	5	5	
6	3	4	4	4							3	4	2	5	4	4	4	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	2	4	5
7	5	4	4	3							3	1	4	5	5	3	4	4	2	4	4	4	3	3	3	5	4	4	4	4	2	3	5	
8	3	4	3	4							4	2	4	4	4	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	
9	2	3	3	3							2	2	5	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	4	
10	3	4	3	4							3	2	5	4	4	4	5	5	2	4	5	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	5	
11	3	4	3	3							3	3	4	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	5	
12	3	3	3	4							3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4
13	4	4	4	2							3	4	2	5	4	5	4	5	3	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	5	5	
14	2	5	5	3							3	2	5	4	5	3	4	5	1	4	5	5	4	4	4	3	4	5	5	5	1	4	5	
15	3	3	4	3							3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	5	
16	3	5	4	4							1	5	5	3	5	5	4	5	2	5	5	5	3	5	5	5	5	3	4	4	1	4	5	
17	3	5	5	5							5	1	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
18	4	3	3	3							3	2	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	
19	2	4	4	2							4	2	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	5	
20	2	4	4	4							4	1	5	4	5	4	4	5	2	5	5	5	3	3	3	3	5	4	5	4	2	4	5	
21	3	3	5	5							3	2	3	4	3	2	2	5	3	2	4	4	5	4	2	4	5	5	4	4	2	3	5	
22	4	4	4	4							3	2	4	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	
23	4	4	4	3							4	2	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	
24	5	5	5	5							5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5	
25	3	4	3	4							4	3	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	

26	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	5
27	1	4	4	3	3	3	3	5	3	5	3	4	3	1	5	3	5	4	3	5	4	3	4	5	4	3	5	5
28	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	2	4	4
29	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	5	4	5	4	5	4	5	5	4	3	4	5
30	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3	4	4	4	4	2	5	4	4	4	5	3	5	5	5	5
31	3	5	4	5	4	4	4	5	4	5	1	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5
32	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	5	4	4	3	2	4	3	4	4	5	4	3	2	3	4	4	4
33	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	5	3	5	5	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	5
34	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
35	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	5	3	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4
36	4	5	4	4	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	3	4	5	4	4
37	2	4	2	4	4	4	4	4	3	3	4	1	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	3	2	3	2
38	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	2	4	4	4	5	4	4	2	5	4	5	4	5	3	4	4	4
39	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	2	3	2	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4
40	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	1	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	5	3	4	4	5	3
41	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	5	3	4	4	4	5	2	4	5	4	4	2	5	5	5	4
42	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	5	2	4	3	4	4	2	4	5	5	4	5	4	5	4	4	5
43	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	5	4	4	4	4	5	2	5	5	5	5	5	3	4	4	4	5
44	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	3	4	4	5	2	2	1	3	5	2	4	1	3
45	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	2	5	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4
46	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	1	5	4	1	4	4	3	2	5	3	5	5	4	4	5	4	4
47	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	2	4	4	5	4	4	4	4	3	4
48	5	4	4	2	4	4	4	4	4	4	5	1	5	5	5	4	4	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5
49	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	5	3	5	4	2	4	3	4	4	5	3	3	5	4	3	5
50	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4
51	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	5	4	3	3	3	5	4	4	4	5	4	3	4	4
52	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	5	5	3	5	3	4
53	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	5	4	5	3	4	4	2	5	4	4	4	4	3	4	4	5

54	3	4	3	4	4	4	4	4	3	2	4	2	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4							
55	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	5						
56	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	5	3	4	4	5	4	4	4	5	4	3	4	5					
57	4	5	4	4	4	4	3	4	4	3	5	5	5	4	4	5	2	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	5					
58	2	4	4	5	4	4	3	4	4	3	4	4	4	5	2	4	3	4	5	4	5	4	4	4	5	4	3	4	4				
59	3	4	4	4	4	4	3	5	4	3	4	2	5	4	4	4	2	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	3	4	5		
60	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	2	4	4		
61	3	5	4	4	4	4	3	5	4	3	3	1	5	3	5	3	5	4	2	3	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	2	4	5
62	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3	5	3	3	5	4	5	5	4	5	5	3	5	4	4	4	3	2	3	5
63	4	4	4	5	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	5	2	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4
64	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
65	2	5	3	4	4	4	4	5	5	5	1	5	5	5	4	5	4	2	4	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	2	4	5
66	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	5	4	4	5	3	5	4	4	5	5	4	5	5	4	4	3	3	4	5	
67	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5	1	5	4	4	4	5	1	5	5	4	4	5	4	4	5	5	5	4	2	4	5	
68	3	4	4	3	4	4	2	4	3	4	2	4	4	5	2	4	5	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	5
69	3	4	4	5	4	4	4	4	3	4	2	5	4	4	4	4	3	2	4	3	4	4	5	4	4	4	4	5	4	3	4	5	
70	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	2	4	3	5	4	4	5	3	5	5	5	4	3	3	4	3	3	4	3	2	4	5	
71	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	2	5	4	5	4	3	3	3	4	4	5	4	4	3	5	3	4	4	4	3	3	3	5
72	4	3	2	3	4	4	4	4	4	3	2	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	5	
73	2	4	3	4	4	3	4	4	4	3	2	5	4	4	4	3	4	3	1	4	2	4	4	4	4	5	4	4	3	3	4	5	
74	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	3	4	5	5	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5
75	2	4	4	5	4	4	4	4	4	3	4	5	5	5	5	5	4	3	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	2	4	5
76	4	5	4	3	4	3	4	4	4	4	2	5	3	5	3	3	5	3	4	5	3	4	5	4	3	3	4	4	3	3	3	5	
77	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	2	5	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	5	
78	3	4	5	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	5	
79	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	5	
80	1	4	4	4	4	4	3	2	4	3	2	5	4	5	4	4	5	2	4	4	3	5	3	3	3	4	4	5	4	2	5	5	
81	3	3	4	4	4	4	5	3	3	2	4	3	5	4	4	5	3	4	5	5	5	5	3	4	4	3	5	3	3	4	4	4	

82	3	1	4	2	2	2	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	5	4	5	4	3	5	4	3	4	3	3	3	5	
83	3	4	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	3	5	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	2	3	5	
84	2	4	3	4	4	4	2	1	4	4	5	5	5	5	2	5	5	5	4	1	4	5	4	4	4	4	1	5	5	
85	5	4	4	4	3	3	4	2	4	3	3	4	4	5	3	4	5	4	4	5	3	4	5	3	5	3	3	3	5	
86	1	4	4	4	4	3	3	4	1	5	4	5	3	4	4	2	5	5	4	5	4	4	4	4	5	4	2	4	5	
87	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1
88	2	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	5	
89	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	4	5
90	3	4	4	4	4	3	3	2	4	1	3	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	2	4	4	4	5	4	2	4	5
91	4	4	4	3	3	3	4	4	2	4	3	5	4	4	5	3	3	5	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	5
92	3	5	4	2	2	3	3	3	1	3	5	3	2	3	4	5	4	4	3	3	2	4	4	3	4	4	4	2	3	3
93	3	4	4	4	4	5	4	4	3	2	4	3	5	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4
94	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	5
95	2	4	3	4	4	4	3	2	4	1	5	4	5	3	3	3	2	5	4	4	4	3	3	4	3	3	5	3	4	5
96	4	4	4	3	4	3	4	3	4	1	5	3	5	3	3	3	3	5	4	5	5	5	4	5	5	3	5	3	4	5
97	3	4	4	3	5	3	4	2	4	2	4	3	5	4	5	3	4	4	3	3	4	4	3	4	5	3	3	3	4	4
98	5	3	5	2	4	4	3	3	4	5	3	5	3	4	4	5	2	3	5	3	3	4	3	3	5	4	3	2	4	5
99	3	3	3	4	4	4	4	4	4	1	5	3	5	4	5	5	1	5	5	5	5	5	5	3	3	5	3	3	5	5
100	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	5	3	3	5	3	4	3	3	4	3	4	3	4	5	3	4	4	4

g mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

g mengutip hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tautipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

g mengemukakan dan tidak bertentangan dengan ketentuan yang terdapat dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ciptamilik UIN Suska Riau

Dilindungi Undang-Undang

State Islamic University of Sultan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN D

Hasil Uji Reliabilitas dan Daya Diskriminasi Aitem

Hasil Uji Reliabilitas dan Daya Diskriminasi Aitem

Skala *Self Compassion*

Case Processing Summary

	N	%
Valid	100	100.0
Cases Excluded ^a	0	.0
Total	100	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.884	22

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem1	72.52	106.939	.478	.879
Aitem2	72.67	105.355	.493	.878
Aitem4	72.71	104.450	.538	.877
Aitem5	72.13	106.963	.527	.878
Aitem6	72.59	106.103	.530	.877
Aitem7	72.38	108.076	.443	.880
Aitem9	72.31	107.832	.471	.879
Aitem10	72.42	107.276	.473	.879
Aitem11	72.47	107.201	.420	.881
Aitem12	72.28	107.335	.481	.879
Aitem13	73.01	103.707	.545	.877
Aitem14	72.42	108.670	.471	.879
Aitem15	72.33	107.153	.486	.879
Aitem16	72.33	103.557	.575	.876
Aitem17	72.20	107.091	.557	.877

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aitem19	72.57	107.379	.394	.882
Aitem20	73.46	109.160	.372	.882
Aitem22	72.41	109.800	.368	.882
Aitem23	72.31	105.327	.586	.876
Aitem24	72.34	107.944	.402	.881
Aitem25	72.90	106.152	.450	.880
Aitem26	72.40	108.485	.440	.880



UIN SUSKA RIAU

Hasil Uji Reliabilitas dan Daya Diskriminasi Aitem

Skala *Emotional Intelligence*

Case Processing Summary

	N	%
Valid	100	100.0
Cases Excluded ^a	0	.0
Total	100	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.919	29

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem2	109.17	134.971	.565	.916
Aitem3	109.32	138.139	.367	.919
Aitem4	109.39	135.513	.466	.917
Aitem5	108.93	134.854	.473	.917
Aitem6	109.41	134.891	.450	.918
Aitem7	109.46	134.675	.546	.916
Aitem8	109.56	134.047	.478	.917
Aitem9	109.40	133.354	.611	.915
Aitem10	109.60	134.970	.524	.916
Aitem11	109.42	135.761	.466	.917
Aitem13	108.74	135.204	.564	.916
Aitem14	109.47	136.635	.437	.918
Aitem15	108.86	134.849	.478	.917
Aitem16	109.35	133.240	.605	.915
Aitem17	109.32	132.947	.607	.915
Aitem18	108.90	136.273	.410	.918

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

arif Kasim Ria



Aitem20	108.94	134.703	.530	.916
Aitem21	108.87	135.589	.541	.916
Aitem22	108.93	133.823	.590	.915
Aitem23	109.05	137.240	.425	.918
Aitem24	109.04	135.635	.443	.918
Aitem25	109.46	137.685	.392	.918
Aitem26	109.03	134.716	.528	.916
Aitem27	109.01	136.737	.448	.918
Aitem28	109.25	132.270	.613	.915
Aitem29	108.87	134.538	.570	.916
Aitem30	109.36	134.233	.618	.915
Aitem32	109.19	137.044	.498	.917
Aitem33	108.38	135.430	.578	.916

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN E

Skala Penelitian

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

INSTRUMEN PENELITIAN

IDENTITAS DIRI

Nama/Inisial :
 Jenis Kelamin : P / LK
 Usia :
 Asal Daerah :
 Semester :
 Suku :

Assalammualiakum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Saya Wiwit Agustina Ningsih mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau sedang melakukan penelitian. Saya memohon kesediaan saudara untuk mengisi instrumen penelitian ini. Diharapkan kepada saudara untuk memba petunjuk pengisian sebelum memberikan respon jawaban. Seluruh identitas saudara dijamin kerahasiaanya oleh peneliti dan hanya digunakan untuk penelitian. Saya ucapkan terima kasih atas kerjasama dan waktu saudara dalam mengisi instrumen penelitian ini.

Hormat saya,

Wiwit Agustina Ningsih

UIN SUSKA RIAU

SKALA A

Petunjuk Pengerjaan:

Bacalah setiap pernyataan berikut dengan teliti. Saudara diminta memilih salah satu alternative jawaban yang paling sesuai dengan diri saudara dengan memberikan tanda *checklist* (✓) pada jawaban tersebut.

STS : Sangat Tidak Setuju

TS : Tidak Setuju

N : Netral

S : Setuju

SS : Sangat Setuju

Contoh Pengerjaan:

NO	PERNYATAAN	STS	TS	N	S	SS
1	Saya mengetahui pesan non-verbal yang disampaikan orang lain					✓

NO	PERNYATAAN	STS	TS	N	S	SS
1	Saya mengetahui pesan non-verbal yang disampaikan orang lain					
2	Ketika orang lain memberi tahu saya mengenai peristiwa penting dalam hidupnya, saya mersa seolah-oleh mengalami sendiri peristiwa itu					
3	Ketika saya mengalami emosi positif, saya tahu cara untuk membuatnya bertahan					
4	Saya tahu waktu yang tepat berbicara tentang masalah pribadi saya kepada orang lain					
5	Saya mengetahui alasan emosi saya berubah					
6	Ketika saya memiliki perasaan yang positif, saya bisa mendapatkan ide-ide baru					



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

7	Saya memiliki kendali atas emosi saya					
8	Ketika saya dihadapkan pada suatu rintangan, saya ingat saat saya menghadapi rintangan yang sama dan mengatasinya					
9	Ketika saya merasakan perubahan emosi, saya cenderung memunculkan ide-ide baru					
10	Saya mengatur acara yang disukai orang lain					
11	Saya mencari aktivitas yang membuat saya bahagia					
12	Saya mengetahui hal-hal yang orang lain rasakan dengan melihat mereka					
13	Saya berharap akan berhasil dalam banyak hal yang saya coba					
14	Saya menyadari pesan non-verbal yang saya sampaikan ke orang lain					
14	Saya dengan mudah mengenali emosi saya saat mengalaminya					
16	Orang lain mudah untuk curhat kepada saya					
17	Saya memotivasi diri sendiri dengan membayangkan hasil yang baik untuk tugas yang saya kerjakan					
18	Saya membantu orang lain merasa lebih baik ketika mereka sedang terpuruk					
19	Beberapa peristiwa besar dalam hidup saya membuat saya mengevaluasi kembali hal yang penting dan tidak penting					
20	Saya menggunakan suasana hati yang baik untuk membantu diri saya sendiri dalam menghadapi rintangan					
21	Saya menampilkan diri saya dengan cara memberikan kesan baik kepada orang lain					
22	Ketika kondisi perasaan saya berubah, saya melihat kemungkinan baru					
23	Ketika saya memiliki perasaan yang positif, saya mudah untuk memecahkan masalah					
24	Saya memuji orang lain ketika mereka telah melakukan sesuatu dengan baik					
25	Saya bisa mengetahui perasaan orang lain dengan mendengarkan nada suara mereka					
26	Emosi merupakan salah satu hal yang membuat hidup saya layak dijalani					
27	Dengan melihat ekspresi wajah orang lain, saya mengenali emosi yang dialaminya					
28	Saya menyadari emosi saya saat mengalaminya					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

29	Saya berharap hal-hal baik terjadi					
----	------------------------------------	--	--	--	--	--

SKALA B

Petunjuk Pengerjaan:

Bacalah setiap pernyataan berikut dengan teliti. Saudara diminta memilih salah satu alternative jawaban yang paling sesuai dengan diri saudara dengan memberikan tanda *checklist* (✓) pada jawaban tersebut.

HTP : Hampir Tidak Pernah

J : Jarang

KD : Kadang-Kadang

SS : Sangat Sering

HS : Hampir Selalu

Contoh Pengerjaan:

NO	PERNYATAAN	HTP	J	KD	SS	HS
1	Saya tidak setuju dan menghakimi kelemahan dan kekurangan diri sendiri		✓			

NO	PERNYATAAN	HTP	J	KD	SS	HS
1	Saya tidak setuju dan menghakimi kelemahan dan kekurangan diri sendiri					
2	Ketika saya sedih, saya cenderung terpaku pada segala hal yang salah					
3	Ketika saya memikirkan tentang kekurangan saya, membuat saya merasa terasingkan dari dunia					
4	Saya mencoba mencintai diri sendiri ketika saya merasakan sakit secara emosional					
5	Ketika saya gagal dalam sesuatu yang penting, saya menjadi tidak mampu					
6	Ketika saya putus asa, saya mengingatkan diri saya bahwa banyak orang lain yang merasa seperti saya					

7	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya mencoba untuk menjaga emosi tetap stabil					
8	Ketika saya merasa tidak mampu dalam suatu hal, saya mencoba mengingatkan diri sendiri bahwa perasaan tidak mampu dimiliki oleh banyak orang					
9	Saya tidak mentoleransi dan tidak sabar terhadap aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai					
10	Ketika saya mengalami waktu yang sulit, saya memberikan perhatian dan kelembutan yang saya butuhkan					
11	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain lebih bahagia daripada saya					
12	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk tetap seimbang dari situasi tersebut.					
13	Saya mencoba melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi manusia					
14	Ketika melihat aspek dalam diri saya yang tidak disukai, saya frustrasi dengan diri sendiri					
15	Ketika saya gagal pada sesuatu yang penting bagi saya, saya mencoba menjaganya					
16	Saya baik kepada diri sendiri ketika mengalami penderitaan					
17	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya terbawa perasaan					
18	Ketika saya sedih, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan terbuka					
19	Saya mentoleransi kesalahan dan kekurangan diri sendiri					
20	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi saya cenderung membesarkan kejadian itu					
21	Ketika saya gagal pada sesuatu yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendirian dalam kegagalan saya					
22	Saya mencoba untuk memahami dan bersabar terhadap aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN F

Tabulasi Data Penelitian

Tabulasi Data Penelitian *Self Compassion*

Subjek	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	A21	A22	TOTAL
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	65
2	5	4	4	5	4	4	5	3	3	3	4	5	5	4	5	5	1	3	3	4	4	5	87
3	5	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	5	4	4	3	4	4	5	4	4	87
4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	2	1	4	3	4	3	3	2	3	3	4	2	3	66
5	1	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	2	3	2	4	2	3	53
6	3	1	1	1	5	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	1	2	3	4	3	2	57
7	4	4	4	4	5	3	5	4	4	4	4	4	5	5	5	4	3	4	5	3	5	5	94
8	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	72
9	5	3	3	4	2	4	2	5	4	5	4	4	4	5	4	4	3	4	5	4	4	4	86
10	3	4	4	5	4	4	1	3	4	4	4	4	5	4	4	2	4	1	4	3	3	5	77
11	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	2	3	4	3	4	3	2	3	3	3	2	4	69
12	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	2	3	4	3	4	4	1	4	4	2	2	4	71
13	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	5	3	3	2	4	3	4	3	4	76
14	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	5	4	4	4	4	2	3	4	5	3	4	78
15	3	1	1	1	2	3	2	2	5	1	5	5	5	1	2	3	2	5	3	2	2	2	58
16	3	2	2	3	5	4	3	3	4	1	4	4	4	3	4	3	2	2	2	1	1	4	63
17	3	5	3	4	5	5	4	4	4	3	4	4	5	2	3	4	3	3	4	3	4	3	83
18	5	4	3	4	4	4	5	4	3	3	4	4	3	4	4	5	3	5	5	5	4	4	89
19	4	2	3	3	4	4	4	4	2	5	4	4	5	4	3	4	2	3	4	2	1	2	73
20	3	4	2	4	4	4	3	3	2	2	2	2	3	4	5	3	2	4	4	4	3	3	71
21	3	3	3	3	4	4	4	4	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	4	63
22	4	3	4	4	3	4	5	4	4	3	4	4	5	4	4	5	4	4	4	3	3	4	86
23	4	3	2	3	4	4	4	4	2	4	2	4	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	68
24	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	66
25	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	5	4	4	2	4	4	4	3	3	81
26	5	4	3	4	4	4	2	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	5	5	5	85
27	3	2	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	2	3	2	2	4	4	3	4	72
28	3	3	2	4	4	4	5	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	2	5	78
29	3	2	1	5	2	5	5	5	5	5	2	5	5	3	4	5	1	5	4	5	1	4	82
30	4	3	5	3	5	2	2	2	5	3	5	5	5	3	5	3	3	4	5	1	1	5	77

31	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	3	79
32	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	78
33	2	2	4	5	3	2	5	4	3	2	3	5	4	2	3	3	3	3	3	3	71
34	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	69
35	1	1	2	1	4	2	2	3	1	4	3	1	3	2	1	1	3	3	1	2	44
36	3	1	4	2	3	2	3	3	3	3	3	1	1	1	1	2	2	1	2	2	47
37	2	2	3	5	3	5	3	2	1	2	4	1	2	2	1	3	2	2	1	3	56
38	3	3	2	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	68
39	3	3	3	3	2	4	3	3	1	4	2	4	3	4	1	3	3	4	2	3	66
40	3	3	5	5	5	5	4	5	3	3	4	3	5	4	1	2	5	4	3	5	87
41	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	5	4	4	3	3	4	4	4	3	83
42	2	2	2	4	4	4	5	5	1	5	5	5	5	5	1	5	5	5	1	5	82
43	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	68
44	4	4	3	4	4	4	3	3	2	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	77
45	5	3	3	4	5	3	3	4	1	4	4	4	3	5	2	4	5	3	2	4	79
46	4	3	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	5	4	4	90
47	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	66
48	2	5	4	3	4	3	2	3	4	1	4	3	3	3	4	2	3	4	4	3	71
49	2	2	2	3	5	3	5	3	2	1	2	4	1	2	2	1	3	2	2	1	56
50	3	1	2	1	5	3	3	3	3	2	3	3	3	2	1	2	3	4	3	2	57
51	2	2	2	2	3	4	3	1	4	2	4	3	2	5	2	2	2	3	1	2	55
52	3	2	2	4	5	1	3	1	4	2	3	3	3	2	3	1	3	3	3	1	58
53	3	4	5	4	5	5	4	3	5	4	4	5	5	5	4	3	5	5	4	3	93
54	3	2	3	3	4	4	4	3	4	2	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	70
55	3	4	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	4	2	2	2	4	60
56	4	4	5	4	4	3	3	4	5	4	4	4	4	5	4	3	3	4	5	3	86
57	5	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	70
58	3	3	2	2	3	5	5	2	3	1	3	4	1	4	3	1	3	3	1	1	60
59	5	3	4	3	4	4	2	3	4	2	2	3	5	4	4	2	4	4	1	4	75
60	3	3	2	3	3	4	3	3	4	2	2	3	3	4	3	2	2	2	5	2	64
61	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	2	4	4	3	3	75
62	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	4	4	3	2	4	75
63	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	53

64	3	3	4	3	2	3	3	4	4	4	4	3	4	3	1	2	3	3	3	3	70
65	3	2	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	1	3	4	4	4	3	68
66	4	3	4	3	4	2	5	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	81
67	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	2	71
68	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	3	3	3	80
69	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	66
70	3	1	2	3	4	4	4	4	2	5	4	4	5	4	2	5	4	3	2	4	74
71	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	68
72	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	68
73	4	2	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	70
74	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	80
75	2	2	3	3	4	5	4	3	5	2	4	4	3	3	4	2	4	4	3	4	74
76	3	4	3	3	1	4	3	4	3	2	2	4	3	2	3	3	2	3	2	3	61
77	3	2	5	3	4	3	4	4	5	4	4	4	5	4	5	3	3	4	4	3	86
78	3	2	3	3	2	2	2	4	3	1	3	3	1	3	2	1	2	3	1	1	49
79	5	4	5	3	5	4	2	4	5	5	4	5	5	5	3	5	5	4	5	5	100
80	3	4	3	3	5	5	5	3	5	3	4	5	3	5	4	3	4	4	5	3	88
81	3	2	3	3	4	4	4	3	4	2	4	4	3	4	4	2	3	4	5	3	74
82	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	80
83	3	1	2	2	4	4	3	4	4	1	3	3	3	4	3	2	2	3	3	2	63
84	4	3	5	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	5	4	79
85	3	2	3	3	4	3	4	4	4	2	4	4	3	3	4	2	3	3	4	2	72
86	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	2	4	3	4	3	77
87	4	4	3	3	4	4	5	3	2	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	75
88	4	3	3	3	5	5	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	83
89	3	3	3	3	4	4	2	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	73
90	4	4	4	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	4	64
91	3	3	1	3	4	4	5	3	3	1	3	5	3	3	3	2	4	3	4	3	72
92	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	66
93	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	2	3	3	4	3	2	71
94	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	5	4	80
95	3	3	3	3	3	4	4	2	4	3	5	4	4	4	2	4	3	4	2	3	73
96	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	2	4	4	2	2	4	76

97	3	4	3	4	4	5	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	4	3	3	4	82
98	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	66
99	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	5	4	4	3	3	3	3	4	3	3	78
100	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	4	4	2	3	4	3	3	3	75
101	4	3	5	4	5	2	5	4	3	3	3	5	3	3	4	2	4	2	3	2	74
102	4	3	3	3	5	3	2	4	5	5	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	79
103	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	64
104	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	2	3	4	4	4	4	3	79
105	3	3	3	3	3	4	4	4	2	2	2	1	3	3	2	2	3	5	3	3	67
106	3	3	3	3	4	3	5	3	2	3	3	4	2	3	4	3	2	4	2	2	65
107	3	3	3	3	4	4	4	3	4	2	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	69
108	5	3	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	5	103
109	3	3	3	3	2	5	2	3	5	2	3	3	1	3	3	3	5	3	4	1	63
110	3	4	3	3	4	4	3	3	4	2	3	4	3	4	3	2	4	4	3	2	72
111	3	1	3	3	4	4	4	3	4	1	3	4	3	4	4	1	3	3	3	2	68
112	2	3	2	4	5	4	5	4	2	3	5	1	5	5	5	4	4	4	2	5	80
113	3	4	4	4	3	2	3	3	4	3	4	4	4	5	3	4	4	5	3	4	81
114	4	3	4	4	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	3	4	5	5	5	5	98
115	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	4	4	1	3	4	2	3	3	4	2	62
116	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	5	3	5	3	3	3	4	4	4	81
117	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	3	4	5	5	5	103
118	4	2	4	4	4	5	3	4	4	4	3	4	5	2	4	3	4	4	4	3	79
119	3	2	2	2	4	4	4	3	4	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	63
120	3	1	1	4	3	5	5	1	5	5	5	1	1	3	5	4	4	5	2	1	74
121	4	3	4	5	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	5	4	79
122	4	2	1	1	5	2	2	1	5	1	5	5	1	3	5	1	1	2	5	1	60
123	4	3	5	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	79
124	4	4	3	4	5	4	4	4	4	3	5	4	4	4	3	3	4	4	4	3	84
125	1	1	1	3	4	4	4	2	5	4	4	4	1	4	3	3	4	2	3	1	67
126	3	3	2	3	4	4	3	4	1	4	3	3	3	3	3	1	4	4	3	2	69
127	3	1	3	4	4	4	2	4	2	4	4	3	3	3	3	2	4	4	4	4	73
128	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	67
129	4	4	4	3	3	5	3	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	90

130	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	69
131	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	85
132	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
133	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	73
134	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77
135	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	74
136	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	85
137	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77
138	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	71
139	5	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	68
140	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	67
141	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	74
142	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	90
143	4	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	71
144	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	68
145	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	65
146	4	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82
147	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	83
148	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	81
149	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	71
150	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	97
151	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	61
152	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
153	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59
154	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
155	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
156	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
157	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84
158	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	61
159	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	90
160	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	83
161	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	61
162	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	74

163	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	76
164	3	2	2	4	3	3	4	3	1	4	4	3	3	4	2	4	4	3	3	68
165	2	2	2	4	2	3	2	4	2	4	5	2	2	3	2	4	3	3	2	61
166	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	1	3	4	3	2	73
167	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	3	85
168	3	2	3	4	5	4	4	4	3	5	4	3	5	5	3	3	4	2	3	79
169	3	3	4	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	59
170	3	3	3	4	3	3	5	3	2	4	4	3	3	3	2	3	4	5	3	72
171	4	4	4	2	3	1	5	1	3	2	1	5	2	2	2	3	3	3	5	66
172	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	1	3	4	3	2	4	72
173	3	2	3	3	3	4	2	4	2	4	4	3	4	4	2	4	3	3	4	71
174	4	5	5	5	3	1	1	4	2	4	2	2	4	3	1	4	2	2	5	67
175	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	2	4	4	4	4	88
176	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	79
177	4	2	3	3	4	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	4	5	68
178	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	59
179	3	4	4	4	4	4	3	3	4	1	3	3	2	3	2	4	3	2	2	66
180	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	5	5	82
181	4	4	5	4	4	4	5	4	5	5	5	4	4	5	3	3	4	4	5	95
182	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	86
183	4	5	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	2	2	4	2	2	4	4	74
184	5	4	5	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	2	3	3	4	78
185	2	3	3	3	4	4	5	4	3	3	4	3	4	3	4	2	2	2	2	70
186	3	4	5	3	4	4	4	4	3	4	5	4	4	5	2	3	5	4	2	86
187	3	3	3	3	5	3	5	4	4	5	4	5	3	4	4	2	3	4	5	81
188	3	3	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	5	5	3	4	3	4	82
189	3	2	3	3	2	3	2	5	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	4	67
190	3	2	1	2	3	4	3	4	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	60
191	5	4	5	4	2	3	4	4	4	4	5	4	5	3	4	3	4	3	4	86
192	1	1	1	5	4	1	5	1	1	2	5	1	3	1	2	3	1	3	1	47
193	3	3	3	4	3	5	4	4	5	4	5	3	4	4	2	3	4	5	1	81
194	5	4	5	4	4	3	4	4	4	4	5	4	5	3	4	3	4	3	4	86
195	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	60

196	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	82
197	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	5	4	4	82
198	3	2	5	3	3	2	3	4	3	4	5	3	4	1	3	2	1	3	3	3	64
199	5	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	70
200	4	5	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	2	2	4	2	2	4	4	3	74
201	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	60
202	4	4	4	3	4	2	3	4	4	3	4	5	5	4	3	3	3	4	3	3	79
203	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	3	3	1	3	4	3	3	61
204	3	4	4	4	3	3	3	4	3	5	3	4	4	4	3	1	3	5	2	4	76
205	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	80
206	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	84
207	5	5	5	5	1	4	2	5	3	4	3	2	5	4	2	4	2	4	5	4	80
208	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	80
209	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	65
210	3	2	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	2	4	4	4	2	4	76
211	4	4	5	3	1	1	5	1	4	2	2	4	2	2	4	2	1	5	5	2	64
212	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	4	4	4	4	2	64
213	2	2	2	5	4	4	3	3	2	3	4	2	4	3	2	2	3	4	2	3	64
214	3	1	1	3	3	3	1	3	2	3	4	1	3	2	2	2	3	2	2	3	51
215	3	1	2	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	2	4	4	3	4	72
216	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	2	2	4	3	3	2	3	68
217	3	2	3	3	3	3	5	5	3	3	4	5	4	4	2	3	5	3	3	5	81
218	4	3	4	4	4	3	4	3	2	4	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	74
219	4	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	57
220	3	2	2	4	4	3	3	4	3	4	4	2	4	4	2	4	4	2	2	4	69
221	4	3	5	4	4	4	2	4	2	4	4	2	4	4	2	4	4	2	2	4	76
222	2	2	1	3	2	3	1	4	2	4	3	1	2	1	1	2	1	1	2	2	44
223	3	3	3	5	3	5	1	3	3	3	5	3	5	5	3	3	5	4	3	5	81
224	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	4	3	3	3	3	2	3	3	4	69
225	5	4	4	3	5	4	4	4	4	3	3	5	4	2	2	4	4	5	4	4	84
226	5	2	4	3	3	4	2	4	4	3	4	4	4	3	2	3	4	3	5	3	76
227	3	2	2	3	3	3	3	4	2	4	3	3	4	3	2	3	3	2	3	4	65
228	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	65

229	4	3	1	2	4	4	4	4	1	4	4	2	4	4	2	4	5	1	1	5	69
230	3	3	3	4	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	66
231	1	1	2	3	2	3	2	5	2	2	2	1	2	5	2	2	4	4	2	3	56
232	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	2	4	4	3	3	4	79
233	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	79
234	5	5	5	1	4	1	5	1	5	1	4	5	3	1	5	2	5	5	5	1	75
235	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	4	2	3	69
236	4	2	4	4	4	4	5	4	2	3	4	5	4	5	1	5	4	5	5	4	81
237	3	4	4	5	3	4	4	4	5	2	4	4	3	3	2	3	4	4	5	2	81
238	3	2	5	1	2	3	3	2	1	5	4	5	1	5	1	2	4	5	2	1	62
239	3	2	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	2	4	4	4	2	4	76
240	3	3	2	4	3	4	5	3	2	4	4	4	3	4	2	3	3	4	3	3	74
241	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	4	2	3	57
242	3	1	2	4	4	3	4	4	1	3	3	3	4	3	2	2	3	3	2	3	63
243	4	4	5	4	5	4	5	3	2	4	4	5	3	3	2	3	3	1	1	3	76
244	3	2	2	3	3	4	3	4	2	4	4	3	3	2	1	1	3	1	1	3	58
245	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	4	4	1	3	3	3	1	4	55
246	3	3	4	2	2	2	3	3	4	2	2	4	3	2	4	3	2	3	4	3	64
247	2	2	1	2	4	4	1	5	3	4	4	1	4	5	4	4	3	3	4	2	69
248	3	3	3	5	3	4	2	4	1	3	4	2	3	4	2	3	4	4	2	4	70
249	4	3	4	3	4	3	1	3	3	2	3	4	4	2	4	2	4	3	4	3	67
250	3	3	2	4	3	3	3	4	2	4	4	2	4	3	2	4	4	3	3	3	68
251	3	3	5	5	4	5	3	2	5	2	2	5	5	5	2	5	5	5	5	3	89
252	4	2	3	4	5	3	4	4	4	4	3	4	4	5	3	3	4	4	4	3	82
253	5	3	2	3	5	5	5	4	4	5	5	4	2	2	1	4	4	4	2	3	80
254	3	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	3	5	5	3	3	5	94
255	3	3	3	3	3	3	4	2	5	4	4	2	3	4	2	4	2	2	2	3	67
256	3	3	2	4	4	4	4	4	2	4	4	2	3	4	3	3	4	4	2	4	72
257	3	3	3	4	5	5	4	5	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	2	4	84
258	3	4	4	4	3	4	5	2	5	4	4	5	4	3	2	3	3	5	2	4	81
259	5	3	5	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	83
260	3	4	2	3	3	3	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	2	4	71
261	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	66

262	3	3	3	3	2	4	2	3	3	4	3	4	4	4	3	2	3	4	3	4	3	71
263	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	3	74
264	3	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	75
265	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	1	4	4	3	3	3	73
266	3	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	3	3	78
267	3	4	4	2	5	2	3	3	3	1	5	5	3	3	5	1	3	3	4	1	3	69
268	3	3	3	3	4	5	4	4	4	3	3	4	2	5	5	3	4	5	5	3	4	86
269	3	4	4	4	4	3	4	3	3	2	3	2	4	4	3	2	2	3	4	3	4	73
270	3	2	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	2	3	4	4	3	3	74
271	4	3	4	4	5	5	3	5	4	4	4	4	4	3	3	2	3	4	4	4	4	83
272	4	3	4	4	5	3	3	4	3	4	5	5	5	5	5	3	5	3	5	4	5	92
273	3	2	4	2	2	2	3	3	3	1	3	3	3	2	2	2	2	3	1	2	3	51
274	4	2	4	2	2	5	3	4	4	3	3	4	3	5	3	1	4	4	5	4	4	75
275	3	4	4	3	2	5	2	4	5	4	4	5	3	5	3	2	2	3	1	4	4	74
276	2	3	4	3	3	2	2	4	2	3	2	4	4	4	5	1	4	5	3	2	5	70
277	3	4	4	3	2	5	2	4	5	4	4	5	3	5	3	2	2	3	1	4	4	74
278	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	3	4	5	5	4	3	3	3	4	3	4	81
279	3	2	4	3	5	4	4	3	3	1	3	4	3	3	3	2	3	3	4	2	3	68
280	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	4	3	3	2	3	70
281	3	3	4	2	4	4	4	3	2	3	3	4	2	5	3	2	3	4	3	2	4	68
282	3	4	4	3	2	5	2	4	5	4	4	5	3	5	3	2	2	3	1	4	4	74
283	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	3	3	4	4	4	3	84
284	3	2	4	3	2	4	2	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	4	2	3	65
285	3	3	4	3	5	3	3	3	2	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	2	4	75
286	5	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	3	3	4	4	3	3	3	5	5	2	83
287	2	3	4	3	4	4	4	3	4	2	3	4	3	4	2	2	1	2	3	2	3	62
288	3	4	4	5	4	4	3	3	4	3	4	4	4	2	4	4	3	3	5	5	3	82
289	3	3	4	4	5	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	73
290	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	2	4	3	78
291	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	79
292	1	2	1	4	3	4	4	2	4	3	3	4	2	4	3	2	3	3	3	2	3	63
293	3	2	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	2	4	4	2	2	4	69

Tabulasi Data Penelitian Skala *Emotional Intelligence*

S	Aitem																													TOTAL	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29		
1	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	88	
2	4	3	4	4	4	5	5	4	3	3	4	4	5	4	3	5	5	4	5	4	5	3	5	4	5	5	4	3	5	122	
3	4	3	5	4	4	5	5	4	3	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	3	3	4	5	114	
4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	5	102	
5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	5	4	3	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	118
6	4	3	3	4	4	3	3	2	5	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	3	4	4	5	4	4	3	5	113	
7	4	3	3	4	4	5	5	4	3	4	4	3	5	4	3	4	4	4	4	4	5	3	3	4	3	5	4	4	5	113	
8	3	4	4	4	4	4	3	3	3	5	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	5	99	
9	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	3	4	4	5	5	4	4	4	4	5	2	5	4	4	4	119	
10	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	2	4	4	4	4	5	5	3	4	3	3	2	5	3	4	5	106	
11	4	4	5	4	4	4	4	3	4	5	4	3	4	4	3	5	3	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	3	5	114	
12	4	4	4	4	4	4	3	4	4	5	4	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	132	
13	2	4	3	4	4	4	3	3	2	4	5	3	4	3	2	3	4	3	4	4	4	3	3	5	3	4	3	3	5	99	
14	4	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	3	5	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	5	3	4	5	120	
15	4	3	3	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	116	
16	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	5	3	3	3	3	4	4	5	3	3	3	3	2	4	2	3	5	100	
17	4	3	2	3	3	4	4	4	3	3	5	3	5	4	3	5	5	5	5	5	5	3	4	3	3	5	3	4	5	110	
18	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	5	4	4	5	4	4	5	125	
19	4	4	3	4	2	3	3	4	5	5	4	5	2	4	5	4	4	5	5	5	5	4	5	4	4	5	4	3	5	120	
20	4	3	3	4	5	4	4	4	4	5	3	5	4	2	3	5	4	3	4	4	4	3	4	4	3	5	3	4	5	110	
21	5	5	3	4	5	4	4	2	4	4	5	4	5	5	4	3	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	123	
22	4	3	5	4	4	4	3	3	5	5	3	4	4	3	5	4	5	4	5	4	3	5	5	5	4	5	3	3	5	119	
23	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	103	
24	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	94	
25	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	5	3	4	3	5	3	5	5	4	5	114	
26	4	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	5	113	
27	3	2	3	4	4	4	3	2	5	5	2	4	4	4	3	5	3	4	4	4	4	3	5	4	4	4	3	3	5	108	
28	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	5	3	4	3	4	5	4	4	3	5	4	4	4	3	4	5	4	4	5	115	
29	4	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	140	

30	3	5	2	4	5	3	5	3	5	3	5	5	3	5	5	5	3	5	3	5	5	5	3	5	3	5	5	123
31	4	3	3	4	3	4	4	3	5	4	3	4	3	4	3	4	5	5	4	3	3	5	3	5	3	3	4	109
32	4	5	4	4	4	3	3	4	4	5	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	120
33	5	4	4	4	4	3	4	5	4	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	131
34	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	115
35	3	2	5	4	3	4	4	5	3	4	3	5	5	5	5	5	5	5	3	4	5	5	4	5	4	4	5	117
36	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	2	4	4	3	3	3	3	4	4	1	4	2	5	97	
37	4	3	3	3	2	2	5	4	3	5	4	3	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	5	111
38	4	5	5	4	3	3	3	4	3	5	4	4	5	4	5	5	3	4	3	3	3	4	5	5	4	5	116	
39	4	4	4	3	3	3	3	4	3	5	5	5	5	4	5	3	5	3	3	5	4	3	5	5	5	5	119	
40	4	5	4	4	4	4	5	4	3	5	3	3	5	5	5	4	5	5	4	5	4	4	4	4	3	5	121	
41	4	4	4	4	5	3	3	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	4	3	5	4	5	5	4	5	120	
42	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	141	
43	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	90	
44	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	5	4	4	5	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	5	114
45	4	5	4	4	5	4	4	3	5	1	5	5	5	5	5	4	5	5	5	3	5	3	3	5	5	5	5	125
46	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	116	
47	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	112	
48	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	4	4	3	5	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	5	109	
49	4	3	3	3	2	3	2	5	4	3	5	4	3	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	3	4	4	5	111
50	4	3	3	3	3	3	2	5	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	3	4	4	5	4	4	3	5	113
51	3	3	4	3	3	4	5	5	3	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	3	4	5	4	4	4	4	5	119
52	5	5	4	2	1	2	4	5	5	5	5	4	5	3	5	5	4	5	2	5	5	2	5	4	4	5	115	
53	4	3	5	4	4	3	4	5	4	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	4	5	127
54	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	5	4	4	4	110	
55	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	108	
56	4	3	4	4	4	4	3	5	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	5	122	
57	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	5	4	3	3	3	3	5	101	
58	3	4	4	4	4	4	3	5	4	4	4	5	4	5	4	5	4	3	3	4	5	4	5	4	4	5	119	
59	2	5	4	3	2	2	2	3	5	4	2	4	4	4	5	4	5	4	3	2	4	4	4	3	4	4	5	104
60	4	5	4	3	3	4	4	5	3	5	4	3	5	4	5	4	3	4	3	4	4	4	5	4	3	5	117	
61	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	100	
62	3	5	4	4	3	4	3	3	4	4	5	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	5	111

63	4	5	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	106	
64	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	103	
65	3	4	4	4	3	3	5	5	4	4	3	3	5	3	5	4	3	3	3	5	5	5	5	4	3	5	115	
66	3	4	5	4	5	4	3	5	3	5	3	4	4	4	4	4	4	4	3	5	4	3	5	3	4	5	117	
67	3	4	3	4	3	4	4	4	3	5	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	5	104	
68	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	113	
69	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4	1	102	
70	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	2	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4	5	3	5	131	
71	3	4	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	87	
72	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	4	3	2	4	4	4	5	110	
73	3	4	3	4	3	3	4	4	4	5	3	3	5	5	5	4	4	3	4	4	4	4	5	4	3	5	112	
74	3	3	4	4	5	4	3	3	4	3	5	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	109	
75	3	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	5	119	
76	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	5	3	3	5	102	
77	5	5	4	4	3	4	4	5	4	5	5	4	2	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	3	5	126	
78	4	3	4	4	3	3	3	3	4	2	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	104	
79	4	2	4	4	4	3	3	3	5	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	3	4	5	4	5	4	5	119	
80	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	5	3	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	3	4	126	
81	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	113	
82	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	100	
83	4	5	3	4	2	4	3	3	5	3	5	4	4	2	5	4	4	4	4	3	4	4	2	4	3	4	5	106
84	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	104	
85	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	110	
86	4	3	5	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	119	
87	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	113	
88	3	4	4	4	4	4	3	5	5	3	4	3	3	5	4	5	4	4	4	4	4	3	5	3	4	5	115	
89	5	5	4	4	4	4	3	4	5	3	4	4	4	3	3	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	120	
90	3	4	5	4	4	4	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	118	
91	4	4	4	4	4	3	2	4	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	116	
92	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	91	
93	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	5	112	
94	4	2	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	5	4	5	4	4	5	116	
95	3	3	3	4	4	4	2	3	5	2	5	3	2	3	4	5	5	5	4	4	5	4	3	5	3	4	5	105

96	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	114		
97	4	3	4	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	4	111		
98	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	87		
99	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	2	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	105		
100	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	5	102		
101	4	4	3	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4	5	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	109		
102	4	3	2	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	106		
103	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	5	5	4	4	3	4	5	114		
104	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	5	107		
105	3	3	4	4	4	4	5	3	4	5	3	5	4	2	5	5	4	5	5	5	2	4	4	3	5	3	4	5	115
106	2	2	2	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	87	
107	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	5	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	4	4	5	112	
108	5	5	3	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	3	3	5	3	4	5	3	3	5	129	
109	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	110	
110	2	3	2	4	4	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	67	
111	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	3	3	5	5	5	4	5	5	4	5	4	4	5	4	3	5	128	
112	5	4	5	4	4	5	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	4	5	5	4	4	5	128	
113	2	2	3	4	4	2	2	2	5	5	3	5	4	4	5	4	4	3	3	2	3	4	5	3	3	3	4	100	
114	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	3	5	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	130	
115	2	5	4	4	4	5	3	2	4	4	2	5	5	4	4	4	4	4	4	2	4	5	3	4	4	4	5	115	
116	5	4	4	4	4	5	4	3	4	5	4	5	5	4	3	4	4	4	5	4	4	4	5	4	5	3	4	124	
117	5	2	5	4	4	5	5	1	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	132	
118	4	4	4	4	4	2	3	3	4	3	4	4	2	5	2	5	4	5	4	3	4	4	3	4	3	3	5	105	
119	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	114	
120	5	5	3	3	3	3	3	3	4	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	3	3	3	5	3	4	5	5	118	
121	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	104	
122	5	4	5	4	4	3	2	5	5	3	3	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	131	
123	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	109	
124	4	5	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	5	4	4	5	128	
125	3	4	4	4	4	4	3	4	3	5	3	2	3	4	4	3	4	5	5	4	3	4	5	3	5	3	4	110	
126	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	4	5	133	
127	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	4	5	3	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	137	
128	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	115	

129	5	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	134	
130	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	3	3	5	106	
131	5	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	5	4	5	5	3	3	5	5	5	3	3	5	5	5	124	
132	3	4	3	3	4	4	3	4	3	5	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	4	5	110	
133	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	118	
134	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	117	
135	4	4	3	3	5	5	4	4	5	4	5	5	3	3	4	4	4	5	3	4	5	3	5	3	5	3	118	
136	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	5	3	4	3	5	4	5	4	2	4	4	4	4	4	4	5	114	
137	4	3	5	5	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	119	
138	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	5	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	5	108	
139	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	115	
140	2	3	3	3	2	2	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	80	
141	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	120	
142	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	4	4	5	139	
143	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	105	
144	4	2	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	2	2	2	5	5	4	3	4	3	3	4	4	3	101	
145	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	103	
146	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	5	4	4	4	4	5	4	3	3	5	3	2	3	4	108	
147	5	4	4	4	5	5	5	4	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	138	
148	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	5	4	3	5	117	
149	3	4	4	4	3	4	3	4	5	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	5	103
150	4	4	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	5	3	5	5	3	5	5	4	4	5	4	5	133	
151	4	3	4	4	4	4	3	3	5	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	108	
152	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	5	4	4	5	4	4	4	4	4	3	4	5	3	4	4	5	118	
153	3	5	3	3	3	3	3	3	5	3	5	3	3	5	3	3	3	4	3	3	5	4	3	4	3	3	5	104
154	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	99	
155	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	5	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	5	103
156	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	112	
157	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	116	
158	2	2	3	3	5	5	4	5	4	4	5	4	4	2	4	5	4	5	5	5	4	5	5	4	2	4	5	117
159	5	4	3	3	5	5	3	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	138	
160	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	2	4	4	2	3	4	2	4	4	4	104	
161	3	5	3	3	3	4	3	4	5	4	5	3	3	4	5	5	5	5	5	3	4	5	4	4	3	3	5	115

162	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	125
163	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	105
164	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	114
165	4	4	3	4	4	4	2	3	4	4	4	4	2	5	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	5	105	
166	4	3	4	4	4	4	2	3	5	3	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	108
167	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	117
168	5	3	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	3	3	4	4	5	4	5	4	5	5	4	5	4	5	4	4	5	123	
169	4	4	3	4	4	4	2	3	3	4	4	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	89	
170	5	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	3	3	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	106	
171	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	5	3	3	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	5	108	
172	4	3	3	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	104	
173	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	4	3	5	5	4	5	4	3	3	5	5	4	4	4	4	3	5	116	
174	2	2	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	2	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	90
175	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	108
176	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	112
177	5	2	5	4	4	4	5	3	4	4	5	5	4	4	3	5	5	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	124	
178	5	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	5	2	3	4	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	2	5	102	
179	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	5	110	
180	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	109	
181	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	5	4	4	3	3	4	3	5	4	4	5	5	5	5	5	125	
182	4	4	4	4	4	4	4	2	4	5	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	5	4	4	3	4	5	110			
183	4	5	4	4	4	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	120		
184	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	5	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	111	
185	4	4	3	4	4	4	4	4	5	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	111	
186	4	5	3	4	4	4	3	3	4	3	4	5	4	5	4	4	5	5	4	3	5	5	2	5	3	5	5	5	118		
187	4	2	3	4	4	4	4	3	4	4	5	5	5	3	4	3	5	4	5	5	4	3	4	5	4	4	5	118			
188	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	105			
189	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	109	
190	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	4	2	5	4	4	4	4	4	4	5	115		
191	4	3	3	4	4	4	3	4	5	4	5	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	4	5	112			
192	4	3	3	4	4	4	2	2	4	3	3	3	2	4	3	2	4	4	3	3	2	4	3	4	3	2	4	86			
193	4	2	3	4	4	4	4	3	4	4	5	5	5	3	4	3	5	4	5	5	4	3	4	5	4	4	5	118			
194	4	3	3	4	4	4	3	4	5	4	5	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	4	5	112			

195	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	115	
196	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	5	3	5	5	5	115	
197	4	3	3	3	3	3	3	5	4	4	4	3	4	3	3	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	109	
198	4	4	4	4	4	4	5	3	4	4	4	2	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	3	4	4	115	
199	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	111	
200	4	5	4	4	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	120	
201	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	115	
202	4	3	5	4	3	3	3	3	4	3	4	5	3	5	5	2	4	3	3	4	3	3	3	3	4	5	106	
203	3	3	3	3	4	4	2	2	4	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	93	
204	4	2	4	4	4	4	5	3	5	3	4	3	4	5	4	4	5	3	5	4	5	4	3	5	4	3	118	
205	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	5	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	5	108	
206	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	115	
207	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	141	
208	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	107	
209	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	110	
210	4	4	2	4	4	4	4	5	5	2	4	2	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4	116	
211	4	4	5	4	4	5	3	4	5	5	5	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	119	
212	4	4	3	4	2	2	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	5	4	4	4	5	106	
213	4	4	3	3	3	4	3	4	5	4	5	3	3	4	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	3	119	
214	3	4	1	2	1	3	3	4	2	4	5	3	1	4	3	5	3	4	4	3	3	5	4	3	3	1	5	92
215	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	114	
216	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	114	
217	3	3	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	5	4	5	129	
218	3	3	4	4	4	4	3	5	5	3	4	3	3	5	5	5	4	4	5	4	4	4	5	5	4	5	120	
219	3	2	4	4	4	4	2	2	4	3	4	3	4	2	3	2	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	92
220	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	114	
221	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	113	
222	4	4	2	1	2	2	2	5	4	5	5	2	2	4	4	3	4	4	2	4	3	5	4	5	1	5	95	
223	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	105	
224	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	100	
225	4	4	4	5	3	4	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	121	
226	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	115	
227	5	5	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	114	

228	3	3	4	diambil dari berbagai sumber yang relevan dan terpercaya untuk memberikan informasi yang akurat dan bermanfaat bagi pembaca.	4	3	4	5	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	111			
229	4	4	3		3	4	5	5	5	5	4	3	3	5	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	108		
230	4	4	3		4	4	3	3	4	3	5	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	5	110		
231	3	3	4		3	3	4	4	4	5	3	3	5	4	4	4	3	4	4	4	5	4	5	4	3	5	112	
232	4	3	3		4	4	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	5	4	4	5	117	
233	5	4	4		4	4	3	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	5	5	5	4	5	122
234	5	5	5		5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	2	4	3	4	5	5	4	5	5	4	124
235	3	3	3		3	3	4	2	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	94
236	3	5	4		4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	115
237	3	4	4		4	4	3	3	5	3	5	3	4	4	5	4	5	4	4	3	4	4	4	5	4	4	5	113
238	5	2	1	4	1	5	4	4	5	5	5	5	1	1	1	1	4	4	5	3	4	2	5	4	5	2	5	96
239	4	4	2	4	4	4	5	5	2	4	2	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	116	
240	3	2	4	4	3	3	3	4	4	2	4	3	2	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	2	3	5	97
241	3	4	4	4	2	3	4	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	2	5	103
242	4	5	3	4	2	4	3	3	5	3	5	4	4	2	5	4	4	4	4	3	4	4	2	4	3	4	5	106
243	3	5	4	4	3	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	3	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	116
244	3	2	4	4	2	3	4	3	4	4	5	2	1	4	4	4	5	5	3	4	4	4	3	4	3	4	5	107
245	4	4	4	4	3	4	2	3	4	2	5	2	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	5	103
246	4	4	3	4	5	4	2	4	5	3	5	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	110
247	5	3	4	4	5	5	3	3	5	4	5	5	5	3	5	3	4	5	5	3	5	5	4	5	4	5	5	125
248	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	5	4	4	3	4	5	5	5	5	5	5	126
249	4	5	4	4	4	4	3	5	5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	3	4	3	5	5	4	4	5	124
250	3	4	3	4	3	4	3	5	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	5	4	5	5	3	3	5	107
251	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	5	4	4	4	3	4	4	4	5	5	5	4	5	118
252	4	2	4	4	5	2	2	3	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	4	2	4	4	4	4	4	5	5	113
253	5	5	4	4	4	3	4	4	4	5	5	3	3	5	5	4	5	5	4	4	4	4	5	5	5	3	5	124
254	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	116
255	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	5	105
256	3	4	4	4	3	4	2	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	105
257	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	3	5	5	4	4	4	4	5	120
258	4	4	3	4	4	4	4	3	5	3	5	5	3	3	4	5	5	4	3	3	3	3	4	4	3	4	5	111
259	4	4	4	4	4	3	3	3	5	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	108
260	4	4	4	4	3	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	118

261	3	3	3	3	3	4	4	4	5	3	5	4	4	3	3	4	4	3	5	2	5	5	4	5	4	3	4	109
262	3	2	4	4	4	4	2	4	5	2	5	2	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	5	105
263	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	120
264	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	5	5	5	5	133
265	3	3	4	4	4	4	3	3	5	3	4	3	3	5	5	5	4	4	5	3	4	4	3	3	3	4	4	110
266	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	119
267	3	4	2	4	4	4	3	3	5	4	5	3	4	5	5	5	3	5	5	3	5	5	4	5	3	3	5	115
268	3	4	4	4	4	4	3	5	5	3	5	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	129
269	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	5	108
270	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	119
271	4	4	4	4	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	3	4	5	3	4	5	118
272	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	5	106
273	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	5	106
274	4	5	4	4	4	4	5	4	3	5	2	5	4	4	3	4	4	5	4	4	5	5	5	4	5	4	4	123
275	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	4	2	3	2	2	4	4	4	4	3	3	4	2	4	4	3	5	97
276	4	5	3	4	4	4	4	3	5	5	5	4	3	3	4	5	5	4	5	5	3	4	5	5	5	4	4	121
277	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	4	2	3	2	2	4	4	4	4	3	3	4	2	4	4	3	5	97
278	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	5	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	5	114
279	4	5	3	4	4	4	3	3	5	5	4	5	3	3	5	4	5	5	5	3	5	5	5	5	4	2	5	118
280	4	3	4	4	4	4	3	5	3	4	5	3	4	3	5	4	5	4	4	3	4	5	3	5	3	3	5	112
281	5	4	4	4	4	4	4	3	4	5	5	4	5	4	5	5	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	124
282	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	4	2	3	2	2	4	4	4	4	3	3	4	2	4	4	3	5	97
283	3	4	4	4	4	4	4	3	5	3	4	3	4	4	4	4	5	4	3	3	4	4	3	5	4	4	5	114
284	4	4	3	4	4	4	2	3	5	3	5	4	4	4	4	4	5	4	3	3	4	4	3	3	3	3	5	106
285	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	3	5	4	4	4	4	2	4	4	3	5	3	4	107
286	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	108
287	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	5	107
288	4	3	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	4	4	4	3	4	5	5	4	5	4	5	122	
289	3	3	3	4	4	4	3	5	5	3	5	3	3	4	4	4	5	5	3	3	4	5	3	4	3	3	3	105
290	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	5	108
291	4	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	117
292	4	5	2	4	4	4	2	2	2	2	2	2	3	4	4	5	4	2	4	4	4	5	5	4	4	5	4	109
293	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	116

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN G

Data Demografi Subjek Penelitian

UIN SUSKA RIAU

Data Demografi Subjek Penelitian

Nama	Jenis Kelamin	Usia	Semester	Asal Daerah	Suku
Indah apriliani	Perempuan	20	2	Kampar	Sunda
Arfan	Laki-Laki	20	2	Di Luar Riau	Minang
Hafizah Ridatul Aisyi	Perempuan	19	2	Indragiri Hulu	Minang
Ika Noviana Andriani	Perempuan	19	2	Di Luar Riau	Jawa
cinta dwi oly khaisafa	Perempuan	19	2	Pekanbaru	Jawa
Imelda Arisya	Perempuan	19	2	Indragiri Hilir	Bugis
Febina Hani Zarida	Perempuan	19	2	Pekanbaru	Melayu
Nru Fadhilah Zein	Laki-Laki	20	2	Indragiri Hilir	Melayu
Agus Wardana	Laki-Laki	19	2	Rokan Hulu	Jawa
Luthfi Rachman	Laki-Laki	19	2	Bengkalis	Jawa
Lama zakiyah hsb	Perempuan	19	2	Di Luar Riau	Mandailing
Moh.arif	Laki-Laki	19	2	Indragiri Hilir	Bugis
Murni Devi Sari	Perempuan	19	2	Kepulauan Riau	Melayu
Refi Rindy Ani Seftriana	Perempuan	20	2	Siak	Minang
Rezha Alamsyah Khadafi	Laki-Laki	19	2	Kepulauan Riau	Melayu
Rinda	Perempuan	18	2	Pelalawan	Melayu
Nurjannah arbaiyah	Perempuan	19	2	Siak	Batak
M. Faza Algifari	Laki-Laki	20	2	Indragiri Hilir	Banjar
Muhammad Adjie Alfarisi	Laki-Laki	18	2	Di Luar Riau	Melayu
Juliana Dewita	Perempuan	19	2	Rokan Hulu	Melayu
Indri lestari	Perempuan	19	2	Kampar	Melayu
Elga Putri Ayunda	Perempuan	18	2	Pekanbaru	Jawa
Putri arni nazira	Perempuan	18	2	Kampar	Melayu
Yenni rahmah putri	Perempuan	19	2	Di Luar Riau	Batak
Mega Furwati	Perempuan	19	2	Pekanbaru	Melayu
Muhammad Irsan Tanjung	Laki-Laki	19	2	Kepulauan Riau	Minang
Hasan Nauli Tiomsi Panggabean	Perempuan	18	2	Bengkalis	Batak
Salmia Cahaya Fitri	Perempuan	19	2	Di Luar Riau	Melayu
Cahaya Salsabila	Perempuan	18	2	Pekanbaru	Melayu
Muhammad Zikri	Laki-Laki	19	2	Pelalawan	Melayu
Rio Yudistira	Laki-Laki	19	2	Bengkalis	Melayu
Fadia safe ranny	Laki-Laki	18	2	Kepulauan Riau	Melayu
Ibnu Raihan Rambey	Laki-Laki	18	2	Rokan Hilir	Batak
Muhammad khoirunnas	Laki-Laki	19	2	Rokan Hilir	Melayu
Aura Maryam	Perempuan	19	2	Di Luar Riau	Minang
Puan Aisyah Maharani	Perempuan	18	2	Siak	Melayu
Lesta Wahyu Saputri	Perempuan	19	2	Di Luar Riau	Jawa
Maria Ulfah	Perempuan	18	2	Rokan Hilir	Melayu

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Rini Rahmadani Eka Putri	Perempuan	18	2	Bengkalis	Jawa
Elvira Tirta Laras	Perempuan	18	2	Pelalawan	Jawa
Dwita Armani	Perempuan	18	2	Pekanbaru	Minang
Rizqi Azhari	Laki-Laki	19	2	Di Luar Riau	Jawa
abdul karim	Laki-Laki	18	2	Pelalawan	jawa
Apri Yoni Putri	Perempuan	19	2	Kuantan Singingi	Melayu
Cindy Okta Viona	Perempuan	19	2	Kuantan Singingi	Melayu
Dian Iaila hasanah	Perempuan	19	2	Rokan Hulu	Minang
Fierly	Laki-Laki	19	2	Pekanbaru	Minang
Alda	Perempuan	22	8	Rokan Hulu	Mandailing
Lestari Wahyu Saputri	Perempuan	19	2	Di Luar Riau	Jawa
Imelda Arisya	Perempuan	19	2	Indragiri Hilir	Bugis
Hana Fathiya	Perempuan	19	2	Kepulauan Riau	Melayu
Dea Mailanda	Perempuan	20	6	Pelalawan	Minang
Age Prima	Laki-Laki	21	6	Indragiri Hilir	Jawa
Nahda Azzahra	Perempuan	20	6	Pekanbaru	Minang
Witri Septia Naseva	Perempuan	20	4	Siak	Melayu
Muhammad Zaki Fitra	Laki-Laki	21	6	Kuantan Singingi	Melayu
Dewi Sulastri	Perempuan	21	6	Indragiri Hilir	Melayu
Rizki Barokah	Perempuan	20	4	Siak	Jawa
Nini Muliani	Perempuan	21	6	Siak	Melayu
Najahlin Azri	Perempuan	20	4	Di Luar Riau	Minang
Muhammad Trianda Ardistrya	Laki-Laki	22	6	Bengkalis	Sakai
Nahda	Perempuan	19	4	Pekanbaru	Minang
adib amirul sapry	Laki-Laki	20	6	Indragiri Hulu	minang
Nurul Laely	Perempuan	21	6	Pekanbaru	Jawa
Nurhikmasuci	Perempuan	20	4	Bengkalis	Jawa
TANIA JUWITA	Perempuan	20	4	Kampar	Melayu
Nurhadita Fitri	Perempuan	20	4	Di Luar Riau	Minang
Imelda	Perempuan	20	6	Pekanbaru	Minang
Amni harahap	Perempuan	21	6	Kampar	Batak
Nabilah Ghina	Perempuan	20	6	Pekanbaru	Minang
Rahmat Ramadhani	Laki-Laki	19	4	Pekanbaru	Melayu
Putri Khairunnisa	Perempuan	19	4	Rokan Hulu	Melayu
Silvi	Perempuan	19	4	Pekanbaru	Batak
Ayu Aprida	Perempuan	20	4	Pekanbaru	Melayu
Windi Anggraini	Perempuan	20	4	Indragiri Hilir	Melayu
Siskawati	Perempuan	20	4	Rokan Hulu	Jawa
J	Perempuan	20	6	Pekanbaru	Melayu
Rindhi ekha cahyani	Perempuan	20	4	Rokan Hulu	Jawa
Melisa Anggraini	Perempuan	20	4	DUMAI	Minang
Masta	Perempuan	20	4	Kepulauan Riau	Melayu
Yulinda amalia Harahap	Perempuan	20	4	Bengkalis	Batak

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Rahma	Perempuan	19	4	Pekanbaru	Melayu
Rana Syifa	Perempuan	19	4	Pekanbaru	Melayu
Nurul Anggraini	Perempuan	20	4	DUMAI	Minang
Annisak Rofifah	Perempuan	20	4	Bengkalis	Melayu
Siti Nurjana	Perempuan	19	4	Di Luar Riau	Jawa
SH	Perempuan	21	6	Siak	Jawa
Melisa Milenia	Perempuan	21	6	Pekanbaru	Melayu
FA	Laki-Laki	22	6	Di Luar Riau	Batak
Ayu Febrianti	Perempuan	20	4	Kampar	Melayu
Adilah Mulia Maharany	Perempuan	19	4	Indragiri Hilir	Bugis
Dina Sharfina	Perempuan	21	4	Rokan Hulu	Minang
Ita	Perempuan	20	6	Kampar	Jawa
Rt	Perempuan	21	6	Bengkalis	Minang
Fh	Perempuan	20	6	Kampar	Jawa
Agung Budi Nurrahman	Laki-Laki	21	6	Pekanbaru	jawa
r	Perempuan	22	6	DUMAI	minang
Satria	Laki-Laki	20	6	Indragiri Hilir	Banjar
Ade Risma Hadi	Perempuan	20	4	Siak	Jawa
Jellybream	Laki-Laki	20	4	Pekanbaru	Melayu
Fitri Mulyati	Perempuan	20	4	Pekanbaru	Minang
Alviyani Rahmatika Dewi	Perempuan	21	6	Di Luar Riau	Jawa
Siti Adilah	Perempuan	20	4	Kepulauan Meranti	Melayu
Becky	Perempuan	20	4	Kampar	Jawa
Umi Kalsum S	Perempuan	20	4	Di Luar Riau	Jawa
Rifal	Laki-Laki	21	4	Bengkalis	Minang
Nur Azizah	Perempuan	19	4	Rokan Hulu	Melayu
Shinta Wulandari	Perempuan	20	6	Rokan Hulu	Jawa
Rindy ani pratiwi	Perempuan	21	4	Bengkalis	Minang
Siti Hasima	Perempuan	20	6	Kepulauan Meranti	Jawa
DMW	Perempuan	23	6	Kepulauan Riau	Melayu
Aditya Pratama	Laki-Laki	21	6	Pekanbaru	Jawa
Ky	Perempuan	21	4	Siak	Sunda
Kevin	Laki-Laki	21	6	Pekanbaru	Minang
Putri	Perempuan	21	6	Pekanbaru	Jawa
Juniati Agustina	Perempuan	20	6	Indragiri Hilir	Bugis
M. Rizki	Laki-Laki	21	6	Pekanbaru	Minang
fathya	Perempuan	20	6	Pekanbaru	Melayu
Mughni Hidayati	Perempuan	21	6	Rokan Hulu	Melayu
Gustia Arzana Putri	Perempuan	19	4	Pekanbaru	Minang
Nurul Anggraini	Perempuan	20	4	DUMAI	Minang
JULIANI BAROKATUL JAFLI	Perempuan	20	6	Di Luar Riau	Minang
Rahma Natasha Aulyia	Perempuan	20	6	Pekanbaru	Melayu
Nurul Arifin	Laki-Laki	20	6	Kepulauan Meranti	Jawa

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Siti Sekar Widyarningsih	Perempuan	20	6	Pekanbaru	Jawa
Milatul Hanifah	Perempuan	21	6	Kampar	Melayu
VENI ANDRIANI	Perempuan	21	4	Kepulauan Riau	Melayu
Emr	Perempuan	21	6	Kampar	Melayu
Adilla Radhiyyah	Perempuan	20	4	Indragiri Hulu	Jawa
Tisa Yanri Elfioni	Perempuan	20	4	Pekanbaru	Minang
sri hayati	Perempuan	20	6	Pekanbaru	batak
Riski ananda	Perempuan	20	4	Rokan Hulu	Melayu
Indah Permata Sari	Perempuan	21	4	Pekanbaru	minang
Lucy septi dianda	Perempuan	22	6	Pekanbaru	Melayu
Elna Juwita	Perempuan	21	6	Di Luar Riau	Minang
Nadila sadinda Hasibuan	Perempuan	20	6	Pekanbaru	Jawa
Siti Nurjana	Perempuan	19	4	Di Luar Riau	Jawa
Yuhyi Galuh Addini	Perempuan	20	4	Siak	Batak
Nurul Awaliyah Miranti	Perempuan	20	4	Bengkalis	Minang
Mirawati	Perempuan	20	4	Kepulauan Riau	Melayu
Mutiara Meidyta	Perempuan	20	4	Pekanbaru	Melayu
Nada Fiyona	Perempuan	21	4	Pekanbaru	Melayu
Vicky Orianda Putra	Laki-Laki	20	4	Pekanbaru	Minang
Subhana Rizki	Laki-Laki	23	6	Pekanbaru	Minang
Fahma	Perempuan	19	2	Pekanbaru	Jawa
Rizka	Perempuan	19	4	Indragiri Hilir	Bugis
Nadia	Perempuan	19	4	Indragiri Hilir	Banjar
Nelsy Andryana	Perempuan	19	4	Indragiri Hilir	Melayu
Farah Amani	Perempuan	19	4	Indragiri Hilir	Melayu
RSp	Perempuan	21	6	Indragiri Hilir	Banjar
NT	Perempuan	22	6	Indragiri Hulu	Melayu
CB	Perempuan	19	4	Rokan Hilir	Batak
Annisatul Fathonah	Perempuan	19	2	Pekanbaru	Minang
Nk	Perempuan	21	8	Bengkalis	Melayu
A	Perempuan	22	8	Pekanbaru	Minang
Muamar	Laki-Laki	22	8	Pekanbaru	Ocu
Am Ra	Perempuan	22	8	Di Luar Riau	Jawa
Rachel	Perempuan	21	8	Pekanbaru	Melayu
Widia Deswita	Perempuan	24	8	Bengkalis	Minang
Khairu Akmaluddin	Laki-Laki	21	8	Pekanbaru	Melayu
Endah	Perempuan	21	8	Indragiri Hilir	Melayu
Siti Maisarah	Perempuan	22	8	Bengkalis	Minang
Z	Perempuan	22	8	Pekanbaru	Minang
Lia	Perempuan	22	8	Kampar	Ocu
Ayu	Perempuan	22	8	Pekanbaru	Minang
Fuji fira	Perempuan	22	8	Pelalawan	Minang
Widya	Perempuan	21	8	Indragiri Hilir	Jawa
Mita	Perempuan	21	8	Pekanbaru	Jawa

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Hanna Herlina	Perempuan	19	4	Di Luar Riau	Jawa
Effrida Yanti	Perempuan	20	4	Di Luar Riau	Batak
Habib Ade Mulya	Laki-Laki	20	4	Pekanbaru	Minang
Xxxx	Perempuan	22	8	Pelalawan	Minang
Fitria Rahmadani	Perempuan	19	4	Kuantan Singingi	jawa
kusnul khotimah	Perempuan	20	4	Pelalawan	jawa
Aura Shaumanisa	Perempuan	21	6	Rokan Hulu	Jawa
As	Perempuan	22	8	Bengkalis	Minang
indah mardhatilla	Perempuan	22	8	Bengkalis	Minang
Novi	Perempuan	22	8	Kuantan Singingi	Melayu
Salmi	Perempuan	21	8	Rokan Hulu	Melayu
Okta Mahendra	Laki-Laki	21	8	Pekanbaru	Melayu
Yuda Syaputra	Laki-Laki	21	8	Indragiri Hilir	Jawa
Ririn	Perempuan	23	12	Kuantan Singingi	Melayu
wulan	Perempuan	22	10	Pekanbaru	Melayu
Adit	Laki-Laki	25	14	Bengkalis	Minang
Risqi Agustini	Perempuan	23	10	Indragiri Hilir	Jawa
L	Perempuan	23	12	Bengkalis	Melayu
Alya	Perempuan	20	6	Pekanbaru	Melayu
Tg	Perempuan	22	10	Indragiri Hulu	Melayu
Imi	Perempuan	23	8	Kepulauan Riau	Minang
Dina Elmaria	Perempuan	23	12	Indragiri Hilir	Banjar
Humaira	Perempuan	21	8	Bengkalis	Melayu
Cece	Perempuan	22	8	Pekanbaru	Jawa
Alya	Perempuan	20	6	Pekanbaru	Melayu
Humaira	Perempuan	21	8	Bengkalis	Melayu
Erika	Perempuan	23	10	Pekanbaru	Batak
Afgan	Laki-Laki	21	8	Indragiri Hilir	banjar
M. NFL	Laki-Laki	21	8	Kampar	Melayu
RK	Laki-Laki	22	8	Indragiri Hilir	Minang
Bica	Perempuan	22	8	Pekanbaru	Melayu
wulan	Perempuan	22	10	Pekanbaru	Melayu
Erika	Perempuan	23	10	Pekanbaru	Batak
Ey	Perempuan	23	10	Di Luar Riau	mandailing
Rahmania Ayu Lestari	Perempuan	23	10	Pekanbaru	Melayu
R	Laki-Laki	23	10	Pekanbaru	Jawa
R	Perempuan	23	10	Bengkalis	Minang
m	Perempuan	23	10	Pekanbaru	minang
Milatul Haddiah	Perempuan	18	2	Pekanbaru	Minang
Shilvia	Perempuan	22	8	Pekanbaru	Jawa
Vanessa Edwar	Perempuan	20	4	Pekanbaru	Minang
Viola Azaria	Perempuan	21	6	Pekanbaru	Melayu
Dwi Selvia Sari	Perempuan	20	6	Siak	Jawa
dwl	Perempuan	21	6	Di Luar Riau	jawa

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Chairun Nisa	Perempuan	18	2	Pekanbaru	Jawa
Stephanie	Perempuan	18	2	Pekanbaru	Minang
Wilda azhari	Perempuan	19	2	Di Luar Riau	Minang
Mughni Hidayati	Perempuan	21	6	Rokan Hulu	Melayu
Vina Tiony	Perempuan	18	2	Indragiri Hulu	Melayu
NAFKIA TRISMA YANI	Perempuan	20	4	Di Luar Riau	minang
Qori Lathifah	Perempuan	20	4	Di Luar Riau	Minang
Thalia Chairunnisa	Perempuan	20	6	Indragiri Hulu	Minang
Taufiq Hakiki	Laki-Laki	21	6	Rokan Hilir	Melayu
Teja Rianda	Laki-Laki	19	2	Pekanbaru	Melayu
Fitra Arum Nisa	Perempuan	19	4	Rokan Hilir	Jawa
Whindy Juma Suri	Perempuan	18	2	Di Luar Riau	Minang
Assyifa Putri Suhana	Perempuan	18	2	Pekanbaru	Melayu
Meyta Safira	Perempuan	20	4	Di Luar Riau	Melayu
Nisa Hubani Nabilla	Perempuan	19	2	Di Luar Riau	Minang
Lorenza Ariska	Perempuan	20	2	Di Luar Riau	Batak
Saskia maharani	Perempuan	18	2	Pekanbaru	Batak
Nurunnisa Putri	Perempuan	18	2	Pekanbaru	Minang
Silvi	Perempuan	19	2	Bengkalis	Minang
Suci Rahmadhani	Perempuan	19	2	Pekanbaru	Melayu
Selvina	Perempuan	22	8	Pekanbaru	Minang
Sintia	Perempuan	19	2	Pekanbaru	Minang
RIRIN	Perempuan	19	2	Bengkalis	Jawa
Aulia Maldini	Perempuan	19	2	Pelalawan	Jawa
Eugenia Amanda Putri	Perempuan	20	4	Di Luar Riau	Minang
Fitrah Octafiandri	Laki-Laki	19	2	Bengkalis	minang
Viola Azaria	Perempuan	21	6	Pekanbaru	Melayu
Misnaini	Perempuan	22	8	Indragiri Hilir	Bugis
Salsabila Hani Putri	Perempuan	18	2	Pekanbaru	Minang
Rana Syifa	Perempuan	19	4	Pekanbaru	Melayu
Siti Alsurra	Perempuan	21	6	Pekanbaru	Minang
A	Perempuan	22	8	Pekanbaru	Minang
Reviza	Perempuan	21	8	Pekanbaru	Batak
Aini	Perempuan	20	4	Siak	Minang
Nn	Perempuan	21	8	Di Luar Riau	Minang
Rifa	Perempuan	19	2	Pekanbaru	Melayu
Wisnu Dwi Pranggana	Laki-Laki	19	2	Indragiri Hulu	Jawa
laila suci ramadhani	Perempuan	21	6	Di Luar Riau	minang
Adilla	Perempuan	23	10	Pekanbaru	Minang
Joey	Laki-Laki	24	14	Siak	Minang
Sovia	Perempuan	22	8	Siak	Melayu
Lenggogeni Agnes Melazt	Perempuan	24	12	Bengkalis	Minang
Eesh	Perempuan	23	10	Pekanbaru	Sunda
N	Perempuan	23	10	Pekanbaru	Minang

Wina	Perempuan	23	10	Bengkalis	Melayu
ASR	Perempuan	23	12	Bengkalis	Jawa
Fe	Perempuan	23	10	Pekanbaru	Melayu
Allen Destya	Perempuan	23	10	Pekanbaru	Jawa
Ulfa Hafizhatunnisa	Perempuan	25	14	Kepulauan Riau	Melayu
ISL	Perempuan	24	14	Kepulauan Riau	Melayu
Utari nur peratiwi	Perempuan	22	10	Pekanbaru	Melayu
Chairun Nisya	Perempuan	23	10	Indragiri Hulu	Minang
Wulan	Perempuan	23	12	Pekanbaru	Jawa
Mega	Perempuan	21	8	Di Luar Riau	Sunda
Nurul Aulia	Perempuan	18	2	Pekanbaru	Melayu
Syifa	Perempuan	18	2	Pekanbaru	Minang
Syamsia	Perempuan	18	2	Kampar	Melayu
Bela Avita	Perempuan	21	6	Rokan Hulu	Jawa
Al Ikhlash	Laki-Laki	21	6	Di Luar Riau	Minang
Vivi anggriani	Perempuan	17	2	Di Luar Riau	Jawa
Rindhi ekha cahyani	Perempuan	20	4	Rokan Hulu	Jawa
Dwi Cantika	Perempuan	21	6	Rokan Hulu	Melayu
Fadhila Kurnia Putri	Perempuan	21	6	Bengkalis	Melayu
Syalsa	Perempuan	19	2	Kepulauan Riau	Minang
Fadhila Kurnia Putri	Perempuan	21	6	Bengkalis	Melayu
Hida	Perempuan	19	4	Rokan Hilir	Melayu
Olivia	Perempuan	20	4	Bengkalis	Jawa
Rara Aprilia Ray	Perempuan	21	6	Siak	Minang
ABCD	Perempuan	23	10	Pekanbaru	Jawa
Fadhila Kurnia Putri	Perempuan	21	6	Bengkalis	Melayu
Novita	Perempuan	22	10	Rokan Hilir	Melayu
hj	Perempuan	23	12	Siak	jawa
Rahma	Perempuan	23	10	Di Luar Riau	minang
Nila	Perempuan	21	8	Kuantan Singingi	Jawa
NS	Perempuan	22	10	Pekanbaru	Melayu
AAR	Perempuan	22	10	Rokan Hilir	Melayu
WA	Perempuan	23	10	Kampar	Ocu
Hijrah	Perempuan	20	6	Rokan Hilir	Batak
atmawati	Perempuan	24	12	Kampar	ocu
Sintia	Perempuan	25	14	Pekanbaru	Minang
Rahmy	Perempuan	25	10	Bengkalis	Minang

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN H

Hasil Analisis Uji Asumsi, dan Uji Hipotesis

UIN SUSKA RIAU

Hasil Analisis Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		SelfCompassio n	EmotionalIntelli gence
N		293	293
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	73.15	112.54
	Std. Deviation	10.126	10.666
	Absolute	.039	.072
Most Extreme Differences	Positive	.031	.072
	Negative	-.039	-.059
Kolmogorov-Smirnov Z		.669	1.225
Asymp. Sig. (2-tailed)		.762	.099

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Hasil Analisis Uji Linearitas

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
SelfCompassion * EmotionalIntelligence	(Combined)	9965.338	54	184.543	2.199	.000
	Between Groups	4926.564	1	4926.564	58.702	.000
	Linearity	5038.774	53	95.071	1.133	.264
	Deviation from Linearity	19974.054	238	83.925		
	Within Groups	29939.392	292			
	Total					

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hasil Analisis Uji Hipotesis

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
SelfCompassion	73.15	10.126	293
EmotionalIntelligence	112.54	10.666	293

Correlations

		SelfCompassio n	EmotionalIntelli gence
SelfCompassion	Pearson Correlation	1	.406**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	293	293
EmotionalIntelligence	Pearson Correlation	.406**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	293	293

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN I

Hasil Analisis Tambahan

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Hasil Analisis Kategorisasi Data Penelitian

a. Kategorisasi Variabel *Self Compassion*

Kat_SC				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	2	.7	.7
	Rendah	22	7.5	8.2
	Sedang	124	42.3	50.5
	Tinggi	129	44.0	94.5
	Sangat Tinggi	16	5.5	100.0
	Total	293	100.0	100.0

Descriptives			Statistic	Std. Error
SelfCompassion	Mean		73.15	.592
	95% Confidence Interval for	Lower Bound	71.99	
	Mean	Upper Bound	74.31	
	5% Trimmed Mean		73.16	
	Median		73.00	
	Variance		102.532	
	Std. Deviation		10.126	
	Minimum		44	
	Maximum		103	
	Range		59	
	Interquartile Range		13	
	Skewness		-.026	.142
	Kurtosis		.335	.284

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Di larang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Di larang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. Kategorisasi Variabel *Emotional Intelligence*

Kat_EI				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rendah	1	.3	.3	.3
Sedang	22	7.5	7.5	7.8
Valid Tinggi	173	59.0	59.0	66.9
Sangat Tinggi	97	33.1	33.1	100.0
Total	293	100.0	100.0	

Descriptives			
		Statistic	Std. Error
EmotionalIntelligence	Mean	112.54	.623
	95% Confidence Interval for Lower Bound	111.32	
	Mean Upper Bound	113.77	
	5% Trimmed Mean	112.66	
	Median	113.00	
	Variance	113.770	
	Std. Deviation	10.666	
	Minimum	67	
	Maximum	141	
	Range	74	
	Interquartile Range	13	
	Skewness	-.254	.142
	Kurtosis	1.364	.284

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hasil Analisis Sumbangan Efektif (Regresi)

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.406 ^a	.165	.162	9.766

a. Predictors: (Constant), SelfCompassion

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	5466.510	1	5466.510	57.316	.000 ^b
	Residual	27754.207	291	95.375		
	Total	33220.717	292			

a. Dependent Variable: EmotionalIntelligence

b. Predictors: (Constant), SelfCompassion

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	81.286	4.168		19.503	.000
	SelfCompassion	.427	.056	.406	7.571	.000

a. Dependent Variable: EmotionalIntelligence

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN J

Surat Penelitian

UIN SUSKA RIAU



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

Nomor : B-486E/Un.04/F.VI/PP.00.9/04/2021
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Mohon Izin Try Out Penelitian

Pekanbaru, 30 April 2021

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau
Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada bapak/ibu bahwa:

Nama : Wiwit Agustina Ningsih
NIM : 11761200950
Tempat Tgl.Lahir : Pekanbaru/ 22 Agustus 1999
Jurusan : Psikologi S1
Semester : VIII (Delapan)

ditugaskan untuk melakukan try out penelitian di tempat Bapak/Ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul skripsi/ tesis, yaitu:

"Hubungan Self Compassion dengan Emotional Intelligence pada Mahasiswa"

Untuk itu kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberi izin try out yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan skripsi/ tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama bapak/ibu, kami mengucapkan terima kasih.



Wassalam.
Dekan

Prof. Dr. Hairunas, M.Ag
NIP. 19720828 200604 1 002



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

Nomor : B-501E/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2021
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Mohon Izin Riset

Pekanbaru, 25 Mei 2021

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Sultan Syarif Kasim Riau
Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada bapak/ibu bahwa:

Nama : Wiwit Agustina Ningsih
NIM : 11761200950
Jurusan : Psikologi S1
Semester : VIII (Delapan)

ditugaskan untuk melakukan riset penelitian di tempat Saudara guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul skripsi/ tesis, yaitu:

"Hubungan Self Compassion dengan Emotional Intelligence pada Mahasiswa".

untuk itu kami mohon Saudara berkenan memberi izin riset yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan skripsi/ tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalam.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan II



Dr. Hj. Zulfidah, M.Pd
NIP. 19660423 199403 2 001